



UNIVERSIDAD DEL SURESTE CAMPUS TAPACHULA

NUTRICION EN EL EMBARAZO Y LACTANCIA

MENU DE ETAPA PREESCOLAR

ALUMNO: ANTHONY GONZÁLEZ GORDILLO

DOCENTE: ITALIA YAMILETH HERNANDEZ
FIGUEROA

CUARTO CUATRIMESTRE

primer toma de leche (150ml)----- 7 am

desayuno----- 8 am

- papilla de zanahoria (6 cucharadas)
- pera (picado fino)

colacion ----- 10 am

- piña (picado fino)
- agua

segunda toma de leche -----11 am

toma de leche (150 ml)

comida ----- 1 pm

- sopita de pollo (deshebrado fino) 6 cucharadas
- papilla de chayote (6 cucharadas)
- agua

tercer toma de leche ----- 3 pm

toma de leche (150 ml)

colacion----- 5 pm

manzana en trozitos pequeños

agua

cuarta toma de leche ----- 7 pm

toma de leche (150 ml)

cena ----- 9 pm

papilla de papa (6 cucharadas)

papilla de manzana (6 cucharadas)

agua.

ultima toma de leche----- 11 pm

toma de leche (150 ml)