

# 10 Ideas para el Almuerzo

Perfecto para la Lonchera

Alimenta a tus pequeños con estas deliciosas y nutritivas ideas.



- 1** Palito de queso, ensalada de pollo, pan de pita, pepinos y leche

- 2** Cuadritos de queso, ensalada de pasta con vegetales, uvas y leche



- 3** Ensalada del chef con quesos mozzarella y Cheddar, fresas, rollito de pan y leche



- 4** Rebanadas de queso, galletas, rebanadas de manzana, palitos de apio y leche



- 5** Enrollado de ensalada asiática con queso mozzarella, pera y leche



**6** Ensalada de atún con queso rallado, tomate, melón, galletas y leche

**7** Yogur de vainilla, arándanos, palitos de zanahoria y leche



**8** Rodajas de queso, rodajas de manzana, uvas, mantequilla de maní, palitos de apio y leche

**9** Emparedado de pavo con queso, rodajas de manzana, zanahorias y leche



**10** Wrap de ensalada asiática con queso mozzarella, pera y leche