






Estimados Padres y Apoderados:

Junto con saludarles, adjuntamos minuta de colaciones, la cual considera una serie de alimentos que buscan crear un hábito saludable en nuestros niños y niñas, disminuir el consumo excesivo de carbohidratos y aportar con los nutrientes necesarios para su buen desarrollo y crecimiento.

Asimismo, recomendamos no enviar alimentos de bajo aporte nutricional o alto en grasas y azúcares, como papas fritas, dulces, chocolates, pasteles, galletas con rellenos y con chips de chocolates, bebidas gaseosas y jugos azucarados.

En caso de presentar alergia alimentaria, por favor informar a las Educadoras.

Es de suma importancia recalcar que *las frutas deben venir picadas* y en un recipiente hermético **plástico**, marcado con el nombre de su hijo/hija, así como botellas de agua o mantel para la mesa, si es que usa.

MINUTA DIARIA				
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
✓ Fruta pelada y picada Evitar frutas muy maduras (plátano) 	✓ Pancito saludable (puede ser acompañado con tomate, huevo, palta, lechuga, etc.) 	✓ Lácteos Descremados ó cereales saludables (yogur, leche, postre de leche, queso, etc.) 	✓ Barra de cereal saludable 	✓ Huevo duro ✓ Yogur c/cereal o ensalada de frutas. 

Esperando su comprensión y colaboración en esta saludable iniciativa, le saluda cordialmente,

DIRECCIÓN - U.T.P.

Placilla, Marzo 2026.