

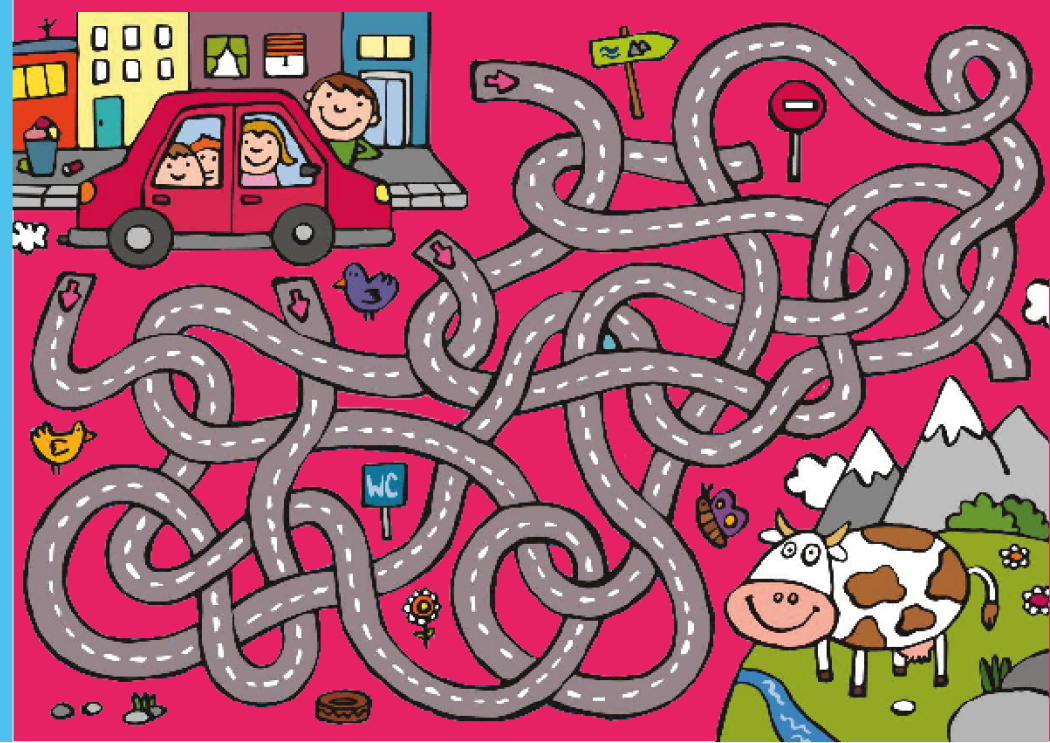
DESAYUNAR ES ALGO  
MÁS QUE TOMAR UN  
VASO DE LECHE ...

PRIMERO DESAYUNA  
Y DESPUÉS...  
¡CÓMETE EL DÍA!

*mediterránea*

*mediterránea*

# DESAYUNOS



# DESAYUNA TODOS LOS DÍAS

DESAYUNANDO RENDIRÁS MÁS,  
MEJORARÁS TU CAPACIDAD DE  
ATENCIÓN Y ESTARÁS MÁS FUERTE



## TODOS LOS DÍAS SE SERVIRÁ

Fruta o zumo  
Leche y Nesquik

**Lunes:** Cereales de chocolate o galletas

**Martes:** Tostadas (pan natural) con aceite de oliva y azúcar o galleta

**Miércoles:** Cereales de azúcar, miel o galletas

**Jueves:** Tostadas (pan natural) con mantequilla y mermelada o galletas

**Viernes:** Bizcocho casero o Churros