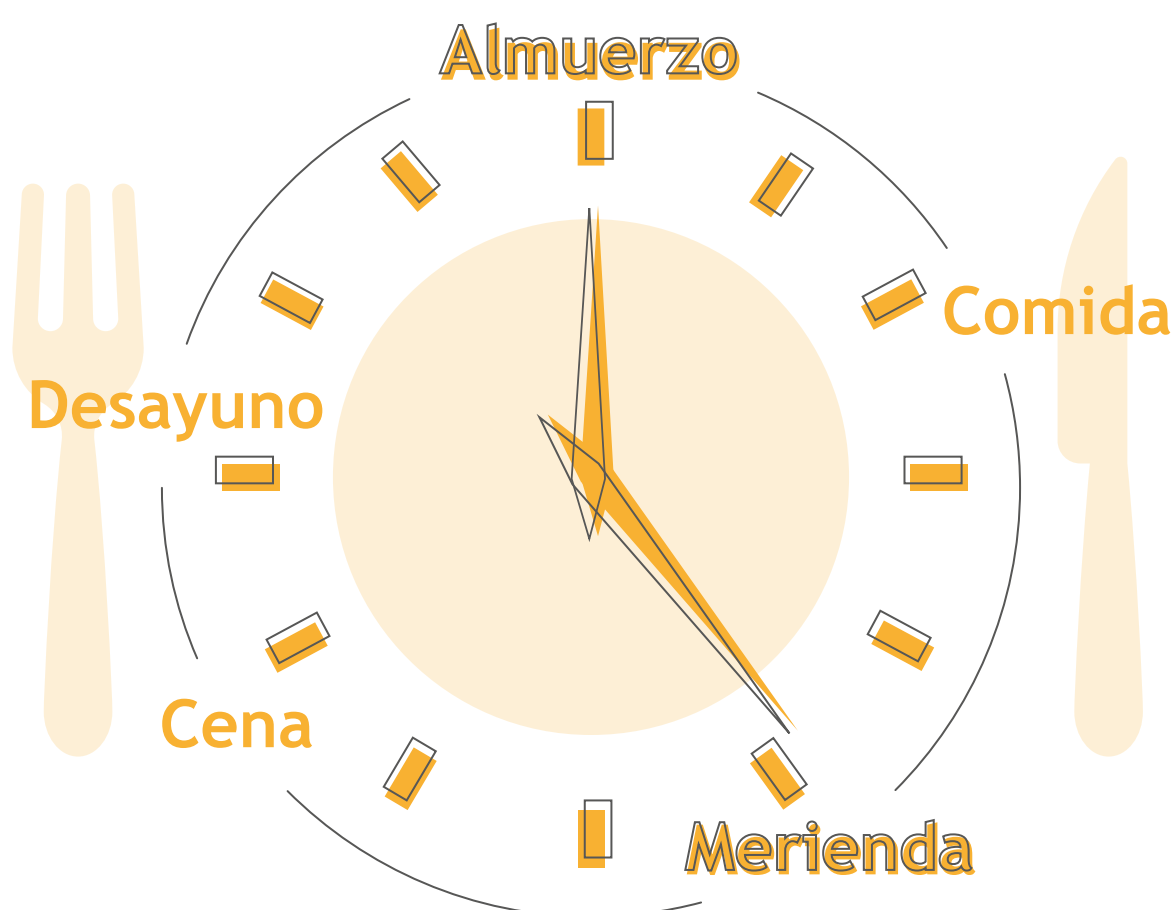


TENTEMPIÉS SALUDABLES

¿QUÉ COMO ENTRE HORAS?

Prepara tus propios tentempiés saludables, te ayudará a llegar con menos hambre a la siguiente comida



¡Fáciles, sabrosos y nutritivos!

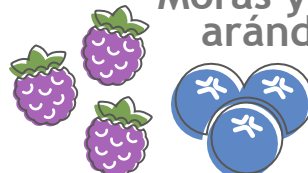
Combina alimentos y crea tus propios tentempiés saludables

Melón



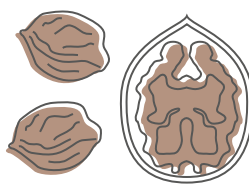
Jamón

Yogurt



Moras y arándanos

Plátano



3 Nueces

Pepino y zanahoria



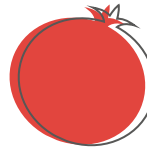
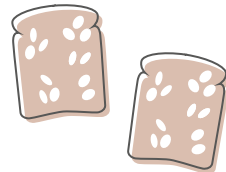
Hummus

Pavo y queso fresco



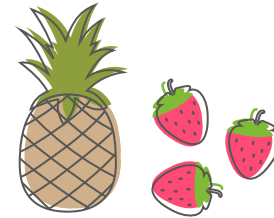
Manzana

Pan integral



Tomate

Vaso de leche



Piña y fresas

¿Cuál será tu tentempié saludable mañana?

¡Fáciles de llevar y preparar!
Y no olvides...

Fruta y verdura

¡Mejor fresca y de temporada!



Instituto Tomás Pascual Sanz

www.institutotomaspascualsanz.com