

RECETARIO DE
DESAYUNOS, ALMUERZOS Y MERIENDAS

**¡No te
los
puedes
saltar!**

CHEF:

.....



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE DERECHOS SOCIALES, CONSUMO
Y AGENDA 2030



agencia
española de
seguridad
alimentaria y
nutrición

SOPA DE LETRAS

Q I B H E Y E R A C E Y W I
 B N E F T P X N R L Y M P H
 R T N O R P C I U U O T R S
 U E E N S U T I V E T Y O T
 E G G C B I T S P J Z N T W
 K R T E R E O A Y P Y N E Z
 Q A R R L Z A N A H O R I A
 I L S E C H I C K T G I N M
 V G R A S A S R Y W U B A D
 C W Y L O U L H I J R E S Q
 Q O T E J T S P Q J C Z O N
 R T K S I E T H E I C I T Y
 E B I V M A N Z A N A L I P
 G W P L A C T E O S B I A S

GRUPOS DE ALIMENTOS

Fruta
 Lácteos
 Grasas
 Proteínas
 Cereales

ALIMENTOS

Manzana
 Yogur
 Nuez
 Integral
 Zanahoria



SEIS DIFERENCIAS



ÍNDICE

DESAYUNOS, ALMUERZOS Y MERIENDAS

Título	Categoría	Página
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		



TÍTULO RECETA:



INGREDIENTES:

PASOS:

TIP



TÍTULO RECETA:



INGREDIENTES:

.....	
.....	
.....	
.....	
.....	

PASOS:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

TIP

.....



TÍTULO RECETA:



INGREDIENTES:

.....	
.....	
.....	
.....	
.....	

PASOS:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

TIP

.....

