

# DESAYUNOS

2025/26

**Colegio:** BENITO PÉREZ GALDÓS

*lunes*

Leche/  
Cacao  
opcional

Pan tostado  
mantequilla y  
mermelada

Fruta variada  
de temporada

*martes*

Leche/  
Cacao  
opcional

Pan tostado  
con pavo y  
queso

Fruta variada  
de temporada

*miércoles*

Leche/  
Cacao opcional  
O Yogur

Galletas Maria o  
cereales sin  
chocolate

Fruta variada de  
temporada

*jueves*

Leche/  
Cacao  
opcional

Pan integral  
con tomate y  
oliva virgen

Fruta variada  
de temporada

*viernes*

Leche/  
Cacao  
opcional

Bizcocho casero  
O churros  
(alternando)

Fruta variada de  
temporada

Un desayuno equilibrado debe cumplir la fórmula de lácteo (leche...), cereal (cereales, pan...) y fruta, aportando a los niños/as la energía indispensable para realizar las diferentes tareas escolares a la vez que adquieren hábitos de alimentación saludable.



LÁCTEO

+



CEREAL

+



FRUTA