

# Menú semanal al Año de edad

Procura integrar los 5 grupos de alimentos  
en cada tiempo de comida (al menos en 2 tiempos)



Fruta



Verdura



Proteína



Cereales



Grasas

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

Domingo

Ivonne Jiménez  
Nutrióloga materno infantil