

## ASESORÍA NUTRICIONAL

### IDEAS PARA COCINAR EN FAMILIA



- ¿Cómo ha de ser la dieta de la familia?
- Hay que organizarse y hacer la compra.
- Hay que cocinar.
- Dudas sobre conocimientos de cocina.
- Organización.
- Los costes.

Todas las ideas que puede leer en el siguiente enlace te ayudarán a organizar tu menú semana.

<http://bit.ly/2WiCHDH>