Abre el documento con nombre “ejercicio10”, seguidamente realiza las modificaciones según se indican en las ***Especificaciones*** para obtener un documento tal y como se muestra en el ***Resultado Final***

# Especificaciones:

1.- Formato para el título “¿Qué es un menú saludable?”:

* Fuente Arial Black de 24 puntos
* Borde inferior con tipo de línea doble de 3 puntos de grosor

2.- Modificar los seis primeros párrafos con el siguiente formato:

* Espaciado posterior 24 puntos
* Fuente Arial de 22 puntos
* Texto justificado

3.- Colocar la segunda página en formato horizontal

4.- Modificar el texto “EJEMPLOS DE MENÚ SALUDABLE” con el siguiente formato:

* Fuente Arial Black de 72 puntos y centrado

5.- Mediante un salto de sección colocar el texto “EJEMPLO DIETA MEDITERRANEA” al

principio de la página 3 y colocar esta página y las sucesivas en formato vertical

6.- Formato para el título “EJEMPLO DIETA MEDITERRANEA”

* Fuente Arial Black de 18 puntos
* Borde inferior con tipo de línea sencilla de 3 puntos de grosor

7.- Para los próximos párrafos, hasta el texto “MENU” aplicar el siguiente formato:

* Espaciado posterior de 18 puntos
* Fuente Arial de 16 puntos
* Texto justificado

8.- Colocarse al principio del texto “MENÚ” de la página 3 y realizar un salto de página

9.- Colocar esta página (página 4) en horizontal

10.- Para el texto “MENÚ” aplicar el siguiente formato:

* Fuente Arial Black 18 y centrado

11.- Después del texto “MENÚ” insertar una tabla de 3 columnas y 8 filas:

* En la columna 1: colocar desde la fila 2 hasta la 8 los días de la semana
* En la columna 2:
	+ En la primera fila colocar el texto Comida
	+ En el resto de las filas la comida correspondiente a cada día
* En la columna 3:
	+ En la primera fila colocar el texto Cena
	+ En el resto de las filas la cena correspondiente a cada día

12.- Formato para la tabla insertada:

* Ancho de 1ª columna: 4cm
* Ancho de 2º y 3ª columna: distribuidos uniformemente

13.- Seleccionar el diseño de tabla “Tabla con cuadrícula 5 oscura – Énfasis 1” y

modificar el tamaño de la letra a 18 (fuente predeterminada Calibri)

# Resultado final