



PROGRAMACION MENSUAL ALMUERZOS  
VALOR: \$10.500

MARZO  
2022

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
<p><b>28</b> Crema de espinacas. Macarrones en salsa boloñesa. Filete de pechuga gratinada. Tajadas de maduro. Papa chips.</p> <p>Opción: Porción de arroz, ensalada con zanahoria rallada, pepino, tomate con limón</p>	<p><b>1</b> Sopa de guineos con verduras. Bistec de carne BBQ. Frijol fresco guisado. Porción de arroz. Papa al vapor.</p> <p>Opción: Pechuga asada con salsa BBQ, ensalada con zanahoria, pepino, tomate</p>	<p><b>2</b> Sopa de mazorca molida. Piernitas de pollo al horno con miel y mostaza. Porción de arroz. Friticas de harina. Porción de arroz.</p> <p>Opción: Carne a la plancha, pure de papa, ensalada con zanahoria y remolacha</p>	<p><b>3</b> Sopa de crema de apio. Gulash de carne con arveja, mazorca. Maduro asado con queso. Porción de arroz.</p> <p>Opción: Pechuga a la plancha, ensalada dulce con fresa, mango, zanahoria.</p>	<p><b>4</b> Sopa de cebada. Pechugas a la broaster. Porción de arroz con atún y maicitos. Coscojas de plátano agridulces.</p> <p>Opción: Robalo orly, porción de arroz.</p>
<p><b>7</b> Sopa de verduras. Crepes de pollo gratinado. Porción de arroz. Tajadas de maduro. Papa chips. Ensalada natural.</p> <p>Opción: Carne desmechada</p>	<p><b>8</b> Sopa de avena. Pechuga gratinada. Porción de arroz. Papa criolla frita. Lenteja guisada.</p> <p>Opción: Carne BBQ</p>	<p><b>9</b> Crema de espinacas. Lasaña mixta gratinada. Tostones de plátano agridulce. Pan de finas hierbas. Porción de patilla.</p> <p>Opción: Pechuga a la plancha, macarrones en salsa boloñesa</p>	<p><b>10</b> Sopa de cuchuco de maíz. Piernitas de pollo apanadas. Porción de arroz. Regañonas de mazorca. Ensalada natural.</p> <p>Opción: Pernil de cerdo BBQ</p>	<p><b>11</b> Sopa de fideos. Carne molida. Frijol guisado. Porción de arroz. Tajadas de maduro. Mini arepitas.</p> <p>Opción: Pechuga orly</p>

- Es importante proporcionar los nutrientes adecuados a los estudiantes para su crecimiento y desarrollo.
- Las frutas nos proporcionan vitaminas y minerales.
- Los lácteos aportan energía al cuerpo.
- Derivados de cereales complementan la alimentación.
- Si se consumen alimentos de todos los grupos se tendrá nutrientes y la energía necesaria para las actividades escolares durante el día.
- Menús sujetos a cambios por disponibilidad de materias primas.





**PROGRAMACION MENSUAL ALMUERZOS**  
**VALOR: \$10.500**

**MARZO**  
**2022**

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
<p><b>14</b> Sopa de conchas. Fricasse de pollo con maicitos. Porción de arroz. Maduros acaramelados. Friticas de harina.</p> <p>Opción: Carne desmechada</p>	<p><b>15</b> Sopa de verduras. Arroz mixto con carne, chorizo, cerdo. Porción de carne asada. Coscojas de plátano.</p> <p>Opción: Pechuga a la plancha</p>	<p><b>16</b> Sopa de sancochito. Milanesa de pollo. Frijol guisado. Porción de arroz. Deditos de queso.</p> <p>Opción: Carne asada</p>	<p><b>17</b> Sopa de patacon. Albóndigas a la criolla. Porción de arroz. Regañonas de mazorca con lenteja. Papa criolla frita.</p> <p>Opción: Filete de pechuga</p>	<p><b>18</b> Sopa de avena. Filete de pescado broaster. Arroz con fideos. Patacón agridulce. Porción de frutas.</p> <p>Opción: Filete de pechuga</p>
	<p><b>22</b> Crema de verduras. Lasaña mixta gratinada. Pan de hierbas. Coscojas de plátano. Ensalada hawaiana.</p> <p>Opción: Espaguetis en salsa boloñesa</p>	<p><b>23</b> Sopa de guineos. Piernitas de pollo al horno. Porción de arroz. Maduros acaramelados. Arvejas guisadas.</p> <p>Opción: Cerdo en salsa BBQ</p>	<p><b>24</b> Sopa de granos secos. Carne al chimichurri. Porción de arroz. Papa salada. Coscojas de plátano.</p> <p>Opción: Pechuga asada</p>	<p><b>25</b> Sopa de arracacha. Pescado orly. Porción de arroz. Tajadas de maduro. Ensalada mixta.</p> <p>Opción: Milanesa de pollo.</p>
<p><b>28</b> Sopa de cuchuco de Cebada. Mazorcada de carne a la criolla. Porción de arroz. Maduro asado.</p> <p>Opción: Pechuga asada.</p>	<p><b>29</b> Sopa de arroz con zanahoria. Espaguetis de pollo. Papa chips. Pan especial. Ensalada de frutas.</p> <p>Opción: Bistec de res</p>	<p><b>30</b> Sopa de fideos. Carne molida. Frijol guisado. Arepita de queso. Tajadas de maduro. Porción de arroz.</p> <p>Opción: Pechuga a la plancha</p>	<p><b>31</b> Sopa de avena. Filete de pechuga asada. Porción de arroz. Granos guisados. Papa al vapor.</p> <p>Opción: Pechuga a la plancha</p>	

- Es importante proporcionar los nutrientes adecuados a los estudiantes para su crecimiento y desarrollo.
- Las frutas nos proporcionan vitaminas y minerales.
- Los lácteos aportan energía al cuerpo.
- Derivados de cereales complementan la alimentación.
- Si se consumen alimentos de todos los grupos se tendrá nutrientes y la energía necesaria para las actividades escolares durante el día.
- Menús sujetos a cambios por disponibilidad de materias primas.





**PROGRAMACION MENSUAL REFRIGERIOS**  
**VALOR: \$7.800**

**MARZO**  
**2022**

<b>LUNES</b>	<b>MARTES</b>	<b>MIERCOLES</b>	<b>JUEVES</b>	<b>VIERNES</b>
	<b>1</b> Salchipapa. Jugo natural. Porción de fruta.	<b>2</b> Empanada de pollo queso. Jugo natural. Porción de fruta.	<b>3</b> Buñuelo. Avena. Pincho de fruta.	<b>4</b> Arepa de jamón y queso. Jugo natural. Porción de fruta.
<b>7</b> Flauta de jamón y queso. Jugo natural. Porción de fruta.	<b>8</b> Burrito de pollo. Gelatina. Jugo natural. Porción de fruta.	<b>9</b> Pan de yuca. Leche achocolatada. Porción de fruta.	<b>10</b> Perro caliente. Jugo natural. Porción de fruta.	<b>11</b> Pincho de salchicha. Jugo natural. Porción de fruta con helado.
<b>14</b> Sanduche de jamón y queso. Jugo natural. Porción de fruta.	<b>15</b> Pastel de pollo. Jugo natural. Porción de fruta.	<b>16</b> Hamburguesa especial. Jugo natural. Porción de fruta.	<b>17</b> Nuggets de pollo. Papa chips. Jugo natural. Porción de fruta.	<b>18</b> Pincho de pollo. Galleta wafer. Jugo natural. Gelatina.
	<b>22</b> Sanduche de pollo. Milo. Porción de fruta.	<b>23</b> Empanada ranchera. Jugo natural. Porción de fruta. Gelatina.	<b>24</b> Rollos de jamón y queso. Jugo natural. Porción de fruta.	<b>25</b> Empanada valluna. Jugo natural. Porción de fruta.
<b>28</b> Palitos de salchicha. Milo. Porción de fruta.	<b>29</b> Burritos rancheros. Jugo natural. Porción de fruta.	<b>30</b> Pizzeta. Jugo natural. Porción de fruta.	<b>31</b> Sanduche de pollo. Avena natural. Porción de fruta.	<b>1</b> Buñuelo. Milo. Porción de fruta y gelatina.

- Es importante proporcionar los nutrientes adecuados a los estudiantes para su crecimiento y desarrollo.
- Las frutas nos proporcionan vitaminas y minerales.
- Los lácteos aportan energía al cuerpo.
- Derivados de cereales complementan la alimentación.
- Si se consumen alimentos de todos los grupos se tendrá nutrientes y la energía necesaria para las actividades escolares durante el día.
- Menús sujetos a cambios por disponibilidad de materias primas.



