




PROGRAMACION MENSUAL ALMUERZOS
VALOR: \$11.500

AGOSTO
2023

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
31 	1 Sopa de arroz Macarrones Albóndigas Ensalada Jugo natural Opción: carne molida o pechuga	2 Sopa Frijol rojo Arroz, Carne molida Mini chorizo, arepa Ensalada Jugo natural Opción: carne molida o pechuga	3 Crema de espinacas Arroz con fideos Ensalada semi rusa Pollo Broaster Jugo natural Opción: carne molida o pechuga	4 Sopa de fideos Arroz Lenteja Cerdo BBQ Ensalada Jugo natural Opción: carne molida o pechuga
7 	8 Crema de apio Espaguetis Croqueta de carne gratina Ensalada Jugo natural Opción: carne molida o pechuga	9 Sopa de fideos Arroz Lenteja Carne guisada Ensalada Jugo natural Opción: carne molida o pechuga	10 Crema de verduras Lasaña Pan Jugo natural Opción: carne molida o pechuga	11 Sopa de avena Arroz Frijol blanco Carne desmechada Ensalada Jugo natural Opción: pechuga o carne molida
14 Sopa de letras Arroz Lenteja Piernas sudadas Ensalada Jugo natural Opción: carne molida o pechuga	15 Crema de ahuyama Creps de pollo Papa chips Ensalada Jugo natural Opción: carne molida o pechuga	16 Sopa apio Arroz Alverja Carne en bistec Ensalada Jugo natural Opción: pechuga o carne molida	17 Sopa de fideos Arroz de carnes Ensalada Jugo natural Opción: carne molida o pechuga	18 Sopa de plátano Arroz Frijol blanco Robalo apanado Ensalada Jugo natural Opción: carne molida o pechuga

21	22 Crema de espinacas Espaguetis Albóndigas Ensalada Jugo natural Opción: carne molida o pechuga	23 Sopa Garbanzos Piernitas sudadas Arroz Ensalada Jugo natural Opción: pechuga o carne molida	24 Crema de ahuyama Lasaña Pan Jugo natural Opción: Pechuga o carne molida	25 Sopa de ajiaco Arroz Lenteja Carne Goulash Ensalada Jugo natural Opción: carne molida o pechuga
28 Crema de verduras Espaguetis Pollo Broaster Ensalada Jugo natural Opción: carne molida o pechuga	29 Sopa de fideos Arroz Frijol Molida Mini chorizo Arepá Jugo natural Opción: pechuga a la plancha	30 Sancochito Arroz Lenteja Cerdo BBQ Ensalada Jugo natural Opción: carne molida o pechuga	31 Crema de apio Crepes Papa frita Ensalada Jugo natural Opción: carne molida o pechuga	
<ul style="list-style-type: none"> • 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**

**AGOSTO
2023**

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
	1 Nuggets de pollo Papá francesa Porción de fruta Jugo natural	2 Perro Jugo natural Gelatina	3 Arepa de jamón y queso Jugo natural Fresas con crema	4 Buñuelo Milo Frucheta
7	8 Empanada porción de fruta Jugo natural	9 Hamburguesa porción de fruta Jugo natural	10 Nuggets de salchicha y queso Gelatina de frutas Jugo natural	11 Sándwich de pollo Pinchitos de fruta Jugo natural
14 Pincho de pollo Crispeta porción de fruta Jugo natural	15 Perro porción de fruta Jugo natural	16 Croissant de jamón y queso porción de fruta Jugo natural	17 Salchipapa porción de fruta Jugo natural	18 Buñuelo Milo Fresas con helado
21	22 Deditos de salchicha Jugo Gelatina	23 Sándwich de jamón y queso porción de fruta Jugo natural	24 Hamburguesa porción de fruta Jugo natural	25 Empanada Jugo natural Helado
28 Pizzeta Pincho de fruta Jugo natural	29 Salpicón con helado Galleta Pincho de pollo	30 Perro porción de fruta Jugo natural	31 Flauta Gelatina de colores Jugo natural	

- 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.

