



**PROGRAMACION MENSUAL ALMUERZOS**  
**VALOR ALMUERZO: \$13.000**

**SEPTIEMBRE**  
**2025**

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
<p><b>1</b> Sopa de guineo Espaguetis napolitanos Verdura Pechuga Broaster Papa salada Porción de fruta Jugo natural</p> <p>Opción: Carne molida</p>	<p><b>2</b> Crema de ahuyama Porción de arroz Mazorcada o verduras Cerdo en salsa BBQ Palito de yuca Porción de fruta Jugo natural</p> <p>Opción: Pechuga a la plancha</p>	<p><b>3</b> Sopa de fideos Porción de arroz Frijol rojo o verdura Carne molida Mini arepa Porción de fruta Limonada</p> <p>Opción: Pechuga a la plancha</p>	<p><b>4</b> Crema de mazorca Arroz con pollo Papa dorada Porción de fruta Jugo natural</p> <p>Opción: Pechuga a la plancha o carne molida, porción de arroz, garbanzo</p>	<p><b>5</b> Sopa de avena Porción de arroz Alverja o verdura Carne en bistec Torta de zanahoria Porción de fruta Jugo natural</p> <p>Porción: Pechuga a la plancha o carne molida</p>
<p><b>8</b> Sopa de verduras Macarrones con queso Verduras Albóndigas Tajadas de maduro Porción de fruta Jugo natural</p> <p>Porción: Pechuga a la plancha o carne molida</p>	<p><b>9</b> Crema de apio Porción de arroz Lenteja o verdura Pechuga gratina en salsa de maracuyá Papa criolla Porción de fruta Jugo natural</p> <p>Porción: Carne molida</p>	<p><b>10</b> Sopa de guineo Porción de arroz Frijol blanco o verdura Filete de robalo apanado Papa salada Porción de fruta Jugo natural</p> <p>Porción: Pechuga a la plancha o carne molida</p>	<p><b>11</b> Crema de espinacas Lasaña Pan Porción de fruta Jugo natural</p> <p>Opción: Pechuga a la plancha o carne molida, porción de arroz, garbanzo</p>	<p><b>12</b> Sopa de cebada perlada Porción de arroz Garbanzo o verdura Carne guisada Torta de ahuyama Porción de fruta Jugo natural</p> <p>Porción: Pechuga a la plancha o carne molida</p>
<p><b>15</b> Sopa de sancochito Porción de arroz Lenteja o verdura Cerdo BBQ Torta de papa Porción de fruta Jugo natural</p> <p>Porción: Pechuga a la plancha o carne molida</p>	<p><b>16</b> Crema de pollo con champiñones Porción de arroz Alverja o verdura Carne goulash Palitos de queso Porción de fruta Jugo natural</p> <p>Porción: Pechuga a la plancha o carne molida</p>	<p><b>17</b> Sopa de fideos Porción de arroz Frijol rojo o verdura Carne desmechada Mini arepa Porción de fruta Limonada</p> <p>Porción: Pechuga a la plancha o carne molida</p>	<p><b>18</b> Sopa de ajiaco Porción de arroz Frijol blanco o verdura Crepes de pollo Papa dorada Porción de fruta Jugo natural</p> <p>Porción: Pechuga a la plancha o carne molida</p>	<p><b>19</b> Sopa de patacón Porción de arroz Garbanzo o verdura Carne gratinada Fritas de trigo Porción de fruta Jugo natural</p> <p>Porción: Pechuga a la plancha o carne molida</p>

<p><b>22</b></p> <p>Crema de apio Espaguetis a la boloñesa Papa criolla Porción de fruta Jugo natural</p> <p>Porción: Pechuga a la plancha o carne molida</p>	<p><b>23</b></p> <p>Sopa de avena Porción de arroz Lenteja o verdura Carne desmechada Tajada de maduro Porción de fruta Jugo natural</p> <p>Porción: Pechuga a la plancha o carne molida</p>	<p><b>24</b></p> <p>Sopa de sancochito Porción de arroz Frijol blanco o verdura Pechuga en salsa de champiñones Palitos de yuca Porción de fruta Jugo natural</p> <p>Porción: Pechuga a la plancha o carne molida</p>	<p><b>25</b></p> <p>Crema de espinacas Lasaña Pan Porción de fruta Jugo natural</p> <p>Opción: Pechuga a la plancha o carne molida, porción de arroz, garbanzo</p>	<p><b>26</b></p> <p>Sopa de mute Porción de arroz Alverja o verdura Albóndigas Papa al perejil Porción de fruta Jugo natural</p> <p>Porción: Pechuga a la plancha o carne molida</p>
<p><b>29</b></p> <p>Sopa de avena Macarrones con queso Pechuga Broaster Papa salada Verduras Porción de fruta Jugo natural</p> <p>Porción: Pechuga a la plancha o carne molida</p>	<p><b>30</b></p> <p>Sopa de plátano Porción de arroz Lentejas o verduras Carne oriental Palito de queso Porción de fruta Jugo natural</p> <p>Porción: Pechuga a la plancha o carne molida</p>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Es importante proporcionar los nutrientes adecuados a los estudiantes para su crecimiento y desarrollo.</li> <li>• Las frutas nos proporcionan vitaminas y minerales.</li> <li>• Los lácteos aportan energía al cuerpo.</li> <li>• Derivados de cereales complementan la alimentación.</li> <li>• Si se consumen alimentos de todos los grupos se tendrá nutrientes y la energía necesaria para las actividades escolares durante el día.</li> <li>• Menús sujetos a cambios por disponibilidad de materias primas.</li> </ul>				



**PROGRAMACION MENSUAL LONCHERAS  
VALOR: \$9.000**

**SEPTIEMBRE  
2025**

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>1</b> Empanadas pollo queso Naranjada Alpinito	<b>2</b> Perro caliente Limonada de panela Porción de fruta	<b>3</b> Papa rellena Naranjada Gelatina	<b>4</b> Nuggets con papa Porción de fruta Jugo natural	<b>5</b> Buñuelo Avena casera Helado
<b>8</b> Empanada mixta Naranjada Porción de fruta	<b>9</b> Hamburguesa Limonada Porción de fruta	<b>10</b> Pastel de pollo Porción de fruta Jugo natural	<b>11</b> Croissant de jamón y queso Milo Porción de fruta	<b>12</b> Palito de queso Jugo natural Gelatina de colores
<b>15</b> Empanadas ranchera Fruta con helado Jugo natural	<b>16</b> Salchipapa Limonada Porción de fruta	<b>17</b> Flauta pollo queso Milo Fresas con crema	<b>18</b> Pizzeta Limonada Porción de fruta	<b>19</b> Buñuelo Avena Bocadillo con queso
<b>22</b> Empanada pollo queso Jugo natural Alpinito	<b>23</b> Nuggets con papa Limonada Porción de fruta	<b>24</b> Dedito de salchicha Milo Gelatina	<b>25</b> Sándwich de pollo queso Porción de fruta Jugo natural	<b>26</b> Buñuelo Avena Fresas a chocolatadas
<b>29</b> Empanada mixta Milo Porción de fruta	<b>30</b> Hamburguesa Limonada Porción de fruta			

- 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.

