



PROGRAMACION MENSUAL ALMUERZOS
VALOR ALMUERZO: \$13.000

OCTUBRE
2025

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 Sopa de fideos Porción de arroz Frijol rojo o verdura Carne molida Mini arepa Limonada Porción de fruta Opción: Pechuga a la plancha	2 Sopa de cucho de cebada Porción de arroz Garbanzo o verdura Carne sudada Tajada de maduro Porción de fruta Jugo natural Opción: Pechuga a la plancha o carne molida	3 Sopa de apio Porción de arroz Alverja o verdura Cerdo en salsa BBQ Palito de yuca Porción de fruta Jugo natural Opción: Pechuga a la plancha o carne molida
13	14 Crema de ahuyama Porción de arroz Lenteja o verdura Pechuga gratina en salsa hawaiana Tajada de maduro Porción de fruta Jugo natural Opción: Pechuga a la plancha o carne molida	15 Crema de apio Porción de arroz Espaguetis Albóndigas Papa criolla Verdura Porción de fruta Jugo natural Opción: Pechuga a la plancha o carne molida	16 Sopa de avena Porción de arroz Carne goulash Lentejas o verdura Papa dorada Jugo natural Opción: Pechuga a la plancha o carne molida	17 Ajiaco santandereano Porción de arroz Frijol blanco o verdura Robalo apanado Papa salada Jugo natural Opción: Pechuga a la plancha o carne molida
20 Sopa de fideos Porción de arroz Fricase de pollo Lenteja o verdura Fritas de trigo Porción de fruta Jugo natural Opción: Pechuga a la plancha o carne molida	21 Crema de mazorca Arroz con pollo/arroz blanco Lentejas Palito de yuca Porción de fruta Jugo natural Opción: Pechuga a la plancha o carne molida	22 Sopa de fideos Porción de arroz Frijol rojo o verdura Carne desmechada Mini arepa Limonada Porción de fruta Opción: Pechuga a la plancha o carne molida	23 Crema espinaca Lasaña Pan Porción de fruta Jugo natural Opción: Arroz blanco, ensalada semi rusa, pechuga a la plancha o carne molida	24 Sopa de guineo Porción de arroz Alverja o verdura Cerdo en salsa BBQ Tajada de maduro Porción de fruta Jugo natural Opción: Pechuga a la plancha o carne molida

27 Crema de ahuyama Porción de arroz Macarrones con queso Pechuga broaster Papa salada Porción de fruta Jugo natural Opción: Pechuga a la plancha o carne molida	28 Sopa de avena Porción de arroz Lenteja o verdura Albóndigas Tajada de maduro Porción de fruta Jugo natural Opción: Pechuga a la plancha o carne molida	29 Sopa de plátano Porción de arroz Alverja o verdura Carne oriental Palito de yuca Porción de fruta Jugo natural Opción: Pechuga a la plancha o carne molida	30 Crema de apio Porción de arroz Garbanzo o verdura Crepes de pollo Papa dorada Porción de fruta Jugo natural Opción: Pechuga a la plancha o carne molida	31 Sopa de letras Porción de arroz Frijol blanco o verdura Cerdo en salsa BBQ Papa criolla Porción de fruta Jugo natural Opción: Pechuga a la plancha o carne molida
• 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 LONCHERAS VALOR: \$9.000				OCTUBRE 2025
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	
		1 Palito de queso Naranjada Fresa achocolatada	2 Hamburguesa especial Limonada Porción de fruta	3 Croissant de jamón y queso Jugo natural Helado	
13	14 Empanada mixta Jugo natural Porción de fruta	15 Perro caliente Limonada Porción de fruta	16 Pastel de pollo Milo Gelatina	17 Buñuelo Jugo natural Postre de limón	
20 Flauta pollo queso Porción de fruta Jugo natural	21 Nuggets con papa Limonada Porción de fruta	22 Palito de queso Malteada Porción de fruta	23 Sándwich de jamón y queso Jugo natural Gelatina de colores	24 Empanada vallunas Naranjada Porción de fruta	
27 Empanada pollo queso Porción de fruta Jugo natural	28 Pizzeta Limonada Porción de fruta	29 Pastel de pollo Jugo natural Alpinito	30 Empanada mixta Jugo natural Fresas achocolatadas	31 Croissant de queso Porción de fruta 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.					