



PROGRAMACION MENSUAL ALMUERZOS
VALOR ALMUERZO: \$13.000

NOVIEMBRE
2025

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
3 	4 Crema de apio Porción de arroz Lentejas o verduras Pechuga en salsa de champiñones Torta de zanahoria Porción de fruta Jugo natural Opción: Pechuga a la plancha o carne molida	5 Sopa de letras Porción de arroz Garbanzo o verdura Carne en goulash Puré de papa Porción de fruta Jugo natural Opción: Pechuga a la plancha o carne molida	6 Crema de espinacas Lasaña gratinada Verduras Pan Porción de fruta Jugo natural Opción: Pechuga a la plancha o carne molida, ensalada semi rusa, porción de arroz	7 Sopa de sancochito Porción de arroz Alverjas o verduras Robalo apanado Papa salada Porción de fruta Jugo natural Opción: Pechuga a la plancha o carne molida
10 Sopa de avena Espaguetis en salsa napolitana Verduras Albóndigas Torta de vainilla Porción de fruta Jugo natural Opción: Pechuga a la plancha o carne molida	11 Sopa de mazorca Porción de arroz Garbanzo o verdura Carne en bistec Fritas de trigo Porción de fruta Jugo natural Opción: Pechuga a la plancha o carne molida	12 Sopa de fideos Porción de arroz Frijol rojo o verdura Carne desmechada Mini arepa Porción de fruta Limonada Opción: Pechuga a la plancha o carne molida	13 Hamburguesa especial con papa (pan brioche carne, pollo desmechado, jamón, queso, cebolla grille, verduras y salsas de la casa) Jugo natural Opción: Crema de verduras, porción de arroz, lentejas, papa francesa, pechuga a la plancha	14

- 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				NOVIEMBRE 2025
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	
3	4 Flauta de pollo queso Porción de fruta Jugo natural	5 Salchipapa Limonada Porción de fruta	6 Palito de queso Manzana achocolatada Jugo natural	7 Hamburguesa especial Limonada Porción de fruta	
10 Empanada mixta Porción de fruta Milo	11 Nuggets con papa Limonada Porción de fruta	12 Palito de salchicha Jugo natural Fresa achocolatada	13 Perro caliente Limonada Porción de fruta	14 Buñuelo Jugo natural Gelatina de colores	
• 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.					