



Semana del 28 al 31 de Enero de 2020

<i>Día</i>	<i>Postre y/o fruta</i>	<i>Sopa</i>	<i>Seco</i>	<i>Jugo</i>
<i>Martes</i>	<i>Salpición</i>		<i>Arroz, Rollo de pollo con salsa de champiñones, papas a la francesa y ensalada frisby</i>	<i>Jugo de lulo</i>
<i>Miércoles</i>	<i>Gelatina</i>	<i>Lentejas guisadas.</i>	<i>Cerdo al curry, arroz, papa a la francesa,</i>	<i>Limonada natural</i>
<i>Jueves</i>		<i>Cazuela de Frijoles</i>	<i>Arroz, carne molida, trozos de chicharrón tajada de plátano maduro</i>	<i>Jugo de lulo</i>
<i>viernes</i>	<i>Salpición</i>	<i>Sopa de pasta y verduras</i>	<i>Arroz al cilantro, churrasco, papas a la francesa y ensalada verde</i>	<i>Jugo de maracuyá</i>



Semana del 3 de febrero al 7 de febrero de 2020

Día	Postre y/o fruta	Sopa	Seco	Jugo
Lunes	Porción de fruta fresca	Crema de ahuyama	Espaguetis con pollo y verduras,	Jugo de mora
Martes	Gelatina	Crema de tomate	Filete de cerdo en salsa de cilantro, arroz con verduras,, medallones de plátano verde	Jugo de maracuyá
Miércoles	Salpición	Sopa minestróni	Lomo de res a la plancha, arroz, maduro, ensalada de remolacha a la crema	Jugo de tomate de árbol
Jueves		Cazuela de frijoles	Arroz, patacón, lomo de cerdo a la plancha	Jugo de lulo
Viernes	Salpición	Crema de pescado	Merluza en crema de tomate, , patacón, arroz con coco, ensalada verde	Limonada natural



Semana del 10 al 14 de febrero de 2020

<i>Día</i>	<i>Postre y/o fruta</i>	<i>Sopa</i>	<i>Seco</i>	<i>Jugo</i>
<i>Lunes</i>	<i>Gelatina</i>	<i>Crema de tomate</i>	<i>Pechuga a la plancha, arroz ensalada de lechuga, zanahoria y manzanas,, papas a la francesa</i>	<i>Jugo de maracuyá</i>
<i>Martes</i>	<i>Porción de fruta fresca</i>	<i>Crema de verduras</i>	<i>Lomo de cerdo a la crema, ensalada rusa, arroz blanco</i>	<i>Limonada natural</i>
<i>Miércoles</i>	<i>Salpicon</i>	<i>Crema de verduras</i>	<i>Arroz al cilantro, carne desmechada, ensalada de remolacha a la crema , puré de papa</i>	<i>Jugo mora</i>
<i>Jueves</i>		<i>Fríjoles</i>	<i>Arroz, lomo de res a la plancha, tajada de maduro</i>	<i>Limonada natural</i>
<i>Viernes</i>	<i>Flan</i>	<i>Ajiaco</i>	<i>Arroz, aguacate, arepa y ensalada verde</i>	<i>Limonada natural</i>



Semana del 17 al 21 de febrero de 2020

<i>Día</i>	<i>Postre y/o fruta</i>	<i>Sopa</i>	<i>Seco</i>	<i>Jugo</i>
<i>Lunes</i>	<i>Postre de piña</i>	<i>Sudado de pollo</i>	<i>Arroz, ensalada verde, banano</i>	<i>Limonada natural</i>
<i>Martes</i>	<i>Gelatina</i>	<i>Crema de guineo</i>	<i>Lomo de cerdo en salsa de champiñones, arroz con verduras blanco</i>	<i>Jugo de maracuyá</i>
<i>Miércoles</i>	<i>flan</i>	<i>Crema de verduras</i>	<i>Arroz, carne en rollo, ensalada dulce, puré de papa</i>	<i>Jugo mora</i>
<i>Jueves</i>		<i>Cazuela de Fríjoles</i>	<i>Arroz, carne molida, trozos de chicharrón, maduro</i>	<i>Limonada natural</i>
<i>Viernes</i>	<i>Postre de piña</i>	<i>Crema de zanahoria</i>	<i>Sobrebarriga a la criolla, Arroz, ensalada verde, con limón</i>	<i>Guayaba dulce</i>

Semana del 24 al 28 de Febrero de 2020

<i>Día</i>	<i>Postre y/o fruta</i>	<i>Sopa</i>	<i>Seco</i>	<i>Jugo</i>
<i>Lunes</i>	<i>Porción de fruta fresca</i>	<i>Crema de ahuyama</i>	<i>Arroz, albóndigas, ensalada verde, tajadas de plátano maduro</i>	<i>Jugo de mora</i>
<i>Martes</i>	<i>Gelatina</i>	<i>Crema de champiñones</i>	<i>Filete de cerdo en salsa de cilantro, arroz con verduras,, medallones de plátano verde</i>	<i>Jugo de maracuyá</i>
<i>Miércoles</i>		<i>Sopa minestróni</i>	<i>Sobrebarriga a la criolla arroz, papa guisada</i>	<i>Jugo de tomate de árbol</i>
<i>Jueves</i>		<i>frijoles</i>	<i>Lomo de res a la plancha, arroz, maduro</i>	<i>Jugo de lulo</i>
<i>Viernes</i>	<i>Salpicón</i>	<i>lentejas</i>	<i>Lomo de cerdo a la plancha, arroz, patacón.</i>	<i>Limonada natural</i>

Semana del 02 al 06 de marzo de 2020

<i>Día</i>	<i>Postre y/o fruta</i>	<i>Sopa</i>	<i>Seco</i>	<i>Jugo</i>
<i>Lunes</i>	<i>Salpición</i>	<i>Crema de tomate</i>	<i>Arroz, pechuga con salsa de champañones, papa criolla al vapor y ensalada verde</i>	<i>Jugo de piña</i>
<i>Martes</i>	<i>gelatina</i>	<i>sancocho</i>	<i>Arroz, muslo, banano, ensalada verde</i>	<i>Límonada natural</i>
<i>Miércoles</i>	<i>Picadillo de mango</i>	<i>Crema de zanahoria</i>	<i>Arroz, carne desmechada, patacón, y habichuelas salteadas</i>	<i>Jugo de mora</i>
<i>Jueves</i>		<i>Fríjoles</i>	<i>Arroz, lomo de cerdo a la plancha, tajada de plátano maduro</i>	<i>Jugo de lulo</i>
<i>viernes</i>	<i>Postre de maracuyá</i>	<i>consomé</i>	<i>Arroz con pollo, papas a la francesa y ensalada verde</i>	<i>Jugo de piña</i>

Semana del 9 al 3 de marzo

<i>Día</i>	<i>Postre y/o fruta</i>	<i>Sopa</i>	<i>Seco</i>	<i>Jugo</i>
<i>Lunes</i>	<i>Fresas con crema</i>	<i>Sopa de tortilla</i>	<i>Arroz al cilantro, churrasco, papas guisadas</i>	<i>Jugo de tomate de árbol</i>
<i>Martes</i>	<i>Salpicón</i>	<i>Ajiaco</i>	<i>Arroz, aguacate, arepa</i>	<i>Jugo de guayaba agria</i>
<i>Miércoles</i>	<i>flan</i>	<i>Lentejas</i>	<i>Arroz, lomo de cerdo a la plancha, papas a la francesa, ensalada verde</i>	<i>Jugo mora</i>
<i>Jueves</i>		<i>Fríjoles</i>	<i>Arroz, lomo de res a la plancha, trozos de plátano maduro</i>	<i>Jugo de maracuyá</i>
<i>Viernes</i>	<i>Postre de piña</i>	<i>sudado</i>	<i>Arroz, ensalada verde, banano</i>	<i>Guayaba dulce</i>

Menú Loncheras

Nuestra institución ofrece de manera opcional el siguiente plan de loncheras pensando en una nutrición saludable, balanceada y de buena aceptación por parte de los niños y jóvenes



Fecha	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Enero 28 a 31		AM Chocolate Empanadas	AM Dedos de queso Chocolisto	AM Waffles con nutela Jugo de naranja	AM Papa rellena Chocolate
		PM Salpición	PM chocorramo Limonada natural	PM Brownie Jugo natural	PM Helado con galleta
Febrero 03 al 07	AM Yogurt cereal y fruta	AM Pandebono Chocolisto	AM Huevos revueltos croissant Chocolate	AM Yogurt con cereal	AM Homelet y pancake Chocolate
	PM Dedo de queso Jugo de fruta	PM Salpición	PM Yogurt Fruta fresca	PM Cereal con leche	PM Malteada de fresa Galleta



<i>Fecha</i>	<i>Lunes</i>	<i>Martes</i>	<i>Miércoles</i>	<i>Jueves</i>	<i>Viernes</i>
<i>Febrero 10 al 14</i>	<i>Arepa con queso Chocolate</i> <i>PM Cereal con yogurt</i>	<i>Sándwich de jamón y queso</i> <i>PM galletas oreo y jugo de naranja</i>	<i>AM huevos a la ranchera Chocolisto</i> <i>PM Chocoramo y jugo de mora</i>	<i>AM Dedos de queso</i> <i>PM Obleas con arequipe</i>	<i>AM Empanadas y milo</i> <i>PM Yogurt con fruta</i>
<i>Febrero 17-21</i>	<i>AM papita rellena y chocolisto</i> <i>PM Bimbolete y leche</i>	<i>AM Salchípapa Jugo de naranja</i> <i>PM Helado</i>	<i>AM Omelet y croissant</i> <i>PM Trozos de mango maduro con yogurt</i>	<i>AM Arepa con queso y Chocolate</i> <i>PM salpición</i>	<i>AM Burritos de pollo y chocolisto</i> <i>PM Arroz con leche</i>



<i>Fecha</i>	<i>Lunes</i>	<i>Martes</i>	<i>Miércoles</i>	<i>Jueves</i>	<i>Viernes</i>
<i>Febrero 24 al 28</i>	Pan, huevos rancheros, mermelada y chocolisto PM Pingüinos con leche	Sándwich de jamón y queso, chocolate PM Ensalada de frutas	Omelett de huevo y queso Chocolisto PM Salpicón	AM Waffles con nutela Jugo de naranja PM Bimbolete, limonada natural	AM Burritos de pollo, jugo de mandarina natural
<i>Marzo 02 al 06</i>	AM Yogurt cereal y fruta PM Obleas con arequipe y limonada natural	AM Salchípapa Jugo de naranja PM Galletas oreo y Leche	AM Papita rellena y mío PM Fruta con Helado	AM Arepa con carne desmechada Chocolate PM Cereal con leche	AM Pancakes con nutella y jugo de mandarina



<i>Fecha</i>	<i>Lunes</i>	<i>Martes</i>	<i>Miércoles</i>	<i>Jueves</i>	<i>Viernes</i>
<i>Marzo 09 al 13</i>	<i>Arepa con queso Chocolate</i>	<i>Sándwich de jamón y queso</i>	<i>AM huevos a la ranchera Chocolisto</i>	<i>AM Dedos de queso</i>	<i>AM Empanadas y mío</i>
	<i>PM</i>	<i>PM</i>	<i>PM</i>	<i>PM</i>	<i>PM</i>
	<i>choco crispis y yogurt</i>	<i>brownie con leche</i>	<i>Chocoramo y jugo natural</i>	<i>Yogurt con fruta</i>	<i>Yogurt con fruta</i>