

MENÚ

ALMUERZO

ABRIL 2024

MARTES 2

SOPA
PROTEINA 1
PROTEINA 2
ARROZ O CEREAL
FARINACEO
VERDURA
JUGO
POSTRE O FRUTA

LENTEJAS
CHURRASCO
POLLO A LA PLANCHA
ARROZ BLANCO
AREPA DORADA
ENSALADA RUSTICA
JUGO DE FRUTA/AGUA
FRUTA DE TEMPORADA

MIÉRCOLES 3

SOPA
PROTEINA 1
PROTEINA 2
ARROZ O CEREAL
FARINACEO
VERDURA
JUGO
POSTRE O FRUTA

SOPA DE ARRACACHA
MILANESA DE CERDO
POLLO GRILLET
ARROZ BLANCO
INDIOS DE PLATANO
BROCOLI GRATINADOS
JUGO DE FRUTA/ AGUA

JUEVES 4

SOPA
PROTEINA 1
PROTEINA 2
ARROZ O CEREAL
FARINACEO
VERDURA
JUGO
POSTRE O FRUTA

AJIACO SANTA FERREÑO
POLLO DESMECHADO
BABY BEEF
ARROZ
MAZORCAS AL VAPOR
LAMINAS DE AGUACATE
JUGO DE FRUTA/AGUA
TORTA MARIA LUISA

VIERNES 5

SOPA
PROTEINA 1
PROTEINA 2
ARROZ O CEREAL
FARINACEO
VERDURA
JUGO
POSTRE O FRUTA

CREMA DE VEGETALES
POLLO A LA CAZADORA
CHURRASCO
ARROZ AL CILANTRO
DEDITOS DE PAPA GRATINADOS
VEGATALES AL WOK
JUGO DE FRUTA/AGUA

LUNES 8

SOPA
PROTEINA 1
PROTEINA 2
ARROZ O CEREAL
FARINACEO
VERDURA
JUGO
POSTRE O FRUTA

SOPA DE ARROZ
GOULASH DE RES
POLLO DORADO
ARROZ COLA DE TIGRE
CRIOLLAS AL HORNO
ENSALADA FRESCA
JUGO DE FRUTA/AGUA
FRUTA TEMPORADA

MARTES 9

SOPA
PROTEINA 1
PROTEINA 2
ARROZ O CEREAL
FARINACEO
VERDURA
JUGO
POSTRE O FRUTA

SOPA DE POLLO
PECHUGAS PRIMAVERA
MINI ALBONDIGAS
PASTA ALFREDO/NAPOLITANA
PAN ARTESANAL
ENSALADA TROPICAL
JUGO DE FRUTA/AGUA

MIÉRCOLES 10

SOPA
PROTEINA 1
PROTEINA 2
ARROZ O CEREAL
FARINACEO
VERDURA
JUGO
POSTRE O FRUTA

SOPA DE CONCHITAS
POLLO GRILLET
PESCADO A LA ORLY
ARROZ JARDINERO
CROQUETAS DE YUCA
BROCOLI, TOMATE, CEBOLLA
JUGO DE FRUTA/AGUA
POSTRE DE LIMON

JUEVES 11

SOPA
PROTEINA 1
PROTEINA 2
ARROZ O CEREAL
FARINACEO
VERDURA
JUGO
POSTRE O FRUTA

CAZUELA DE FRIJOL
CARNE EN POLVO
CHURRASCO
ARROZ BLANCO
TAJADA MADURA
TAJADA AGUACATE
JUGO DE FRUTA/AGUA

VIERNES 12

SOPA
PROTEINA 1
PROTEINA 2
ARROZ O CEREAL
FARINACEO
VERDURA
JUGO
POSTRE O FRUTA

SOPA DE COLICEROS
COSTILLAS A LA BBQ
POLLO AL HORNO
ARROZ VERDE
CASCO DE PAPA
ENSALADA TROPICAL
JUGO DE FRUTA/AGUA

LUNES 15

SOPA
PROTEINA 1
PROTEINA 2
ARROZ O CEREAL
FARINACEO
VERDURA
JUGO
POSTRE O FRUTA

SOPA DE CONCHITAS
POLLO GRILLET
ALBONDIGAS A LA CRIOLLA
ARROZ BLANCO
PAPA CHALEQUIADA
VERDURAS FRESCAS
JUGO DE FRUTA/AGUA
FRUTA DE TEMPORADA

MARTES 16

SOPA
PROTEINA 1
PROTEINA 2
ARROZ O CEREAL
FARINACEO
VERDURA
JUGO
POSTRE O FRUTA

LENTEJAS
CHURRASCO
POLLO A LA PLANCHA
ARROZ BLANCO
TAJADAS MADURAS
ENSALADA RUSTICA
JUGO DE FRUTA/AGUA

MIÉRCOLES 17

SOPA
PROTEINA 1
PROTEINA 2
ARROZ O CEREAL
FARINACEO
VERDURA
JUGO
POSTRE O FRUTA

SANCOCHO
POLLO AL HORNO
LOMO DE CERDO A LA PLANCHA
ARROZ BLANCO
PAPA AL VAPOR Y HOGAO
REPOLLO BLANCO, TOMATE, CEBOLLA
JUGO DE FRUTA/AGUA

JUEVES 18

SOPA
PROTEINA 1
PROTEINA 2
ARROZ O CEREAL
FARINACEO
VERDURA
JUGO
POSTRE O FRUTA

CONSOME DE POLLO
LASAÑA DE POLLO
LASAÑA DE CARNE BOLOÑESA

PAN BAGUETTE
ENSALADA FRESCA
JUGO DE FRUTA/ AGUA
NAPOLEON

VIERNES 19

SOPA
PROTEINA 1
PROTEINA 2
ARROZ O CEREAL
FARINACEO
VERDURA
JUGO
POSTRE O FRUTA

SOPA DE CEREALES
CHURRASQUITO
POLLO ESCALFADO
ARROZ BLANCO
PLATANO AL HORNO
PEPINO, TOMATE
JUGO DE FRUTA/AGUA



LUNES 22

SOPA
PROTEINA 1
PROTEINA 2
ARROZ O CEREAL
FARINACEO
VERDURA
JUGO
POSTRE O FRUTA

SOPA CAMPESINA
COSTILLAS DE CERDO
POLLO AL GRATIN
ARROZ NAPOLITANO
PURE DE PAPA
ESPINCA, LECHUGA, UVAS PASAS
JUGO DE FRUTA/AGUA



MARTES 23

SOPA
PROTEINA 1
PROTEINA 2
ARROZ O CEREAL
FARINACEO
VERDURA
JUGO
POSTRE O FRUTA

CREMA DE POLLO
POLLO AL HORNO
CERDO A LA PLANCHA
ARROZ BLANCO
YUQUITAS AL HORNO
BROCOLIS GRATINADOS
JUGO DE FRUTA/AGUA
FRUTA DE TEMPORADA

MIÉRCOLES 24

SOPA
PROTEINA 1
PROTEINA 2
ARROZ O CEREAL
FARINACEO
VERDURA
JUGO
POSTRE O FRUTA

CAZUELA DE FRIJOL
CARNE EN POLVO/MINI CHICHARRON
CHURRASCO
ARROZ BLANCO
AREPA
DADOS DE AGUACATE
JUGO DE FRUTA/AGUA

JUEVES 25

SOPA
PROTEINA 1
PROTEINA 2
ARROZ O CEREAL
FARINACEO
VERDURA
JUGO
POSTRE O FRUTA

SOPA DE ARRACAHA
FRISNAK DE POLLO
CARNE DESMECHADA
ARROZ BLANCO
PAPAS CRIOLLAS DORADA
REPOLLO, ZANAHORIA, COCO
JUGO DE FRUTA/AGUA
FESTIVAL DE GELATINA

VIERNES 26

SOPA
PROTEINA 1
PROTEINA 2
ARROZ O CEREAL
FARINACEO
VERDURA
JUGO
POSTRE O FRUTA

SOPA DE MUTE
SOUFLE DE POLLO
LOMO DE CERDO AL HORNO
ARROZ BLANCO
PAPAS AL PEREJIL
ENSAQLADA PRIMAVERA
JUGO DE FRUTA/AGUA

LUNES 29

SOPA
PROTEINA 1
PROTEINA 2
ARROZ O CEREAL
FARINACEO
VERDURA
JUGO
POSTRE O FRUTA

SOPA DE CONCHITAS
ARROZ CON POLLO
LOMO GRILLADO
ARROZ BLANCO
PAPA CHIPS
TOMATE, LECHUGA CRESPA
JUGO DE FRUTA/AGUA

MARTES 30

SOPA
PROTEINA 1
PROTEINA 2
ARROZ O CEREAL
FARINACEO
VERDURA
JUGO
POSTRE O FRUTA

AJIACO SANTA FERERÑO
POLLO DESMECHADO
BABY BEFF
ARROZ
MAZORCAS AL VAPOR
LAMINAS DE AGUACATE
JUGO DE FRUTA/AGUA
FRUTA DE TEMPORADA

Si su hijo (a) tiene una dieta o restricción especial, favor enviar con formula medica o nutricional al siguiente correo cesarpsamanes@gmail.com.

