

MENÚ

ALMUERZO

JULIO 2024

MARTES 9

SOPA	SOPA DE POLLO
PROTEINA 1	PECHUGUITAS PRIMAVERA
PROTEINA 2	CHURRASQUITO
ARROZ O CEREAL	PASTA AL BURRO
FARINACEO	PAN FRANCES
VERDURA	DADITOS DE TOMATE Y QUESO
JUGO	JUGO DE FRUTA/AGUA
POSTRE O FRUTA	

MIÉRCOLES 10

SOPA	LENTEJAS
PROTEINA 1	LOMO DE CERDO NAPOLITANO
PROTEINA 2	POLLO GRILLET
ARROZ O CEREAL	ARROZ BLANCO
FARINACEO	PAPA SALADA
VERDURA	ENSALADA CRIOLLA
JUGO	JUGO DE FRUTA/AGUA
POSTRE O FRUTA	FRUTA DE TEMPORADA

JUEVES 11

SOPA	AJIACO SANTA FERREÑO
PROTEINA 1	DESMECHADO
PROTEINA 2	BABY BEFF
ARROZ O CEREAL	ARROZ
FARINACEO	MAZORCAS AL VAPOR
VERDURA	LAMINAS DE AGUACATE
JUGO	JUGO DE FRUTA/AGUA
POSTRE O FRUTA	

VIERNES 12

SOPA	SOPA CAMPESINA
PROTEINA 1	CHURRASQUITO
PROTEINA 2	
ARROZ O CEREAL	ARROZ CON POLLO
FARINACEO	CASCOS DE PAPA
VERDURA	CASCOS DE TOMATE
JUGO	JUGO DE FRUTA/AGUA
POSTRE O FRUTA	

LUNES 15

SOPA	SOPA DE CONCHITAS
PROTEINA 1	BEFF DE RES AL GRILL
PROTEINA 2	POLLO EN SALSA CHAMPIÑONES
ARROZ O CEREAL	ARROZ JARDINERO
FARINACEO	PURE DE PAPA
VERDURA	ENSALADA FRESCA
JUGO	JUGO DE FRUTA
POSTRE O FRUTA	

MARTES 16

SOPA	SOPA DE VERDURAS
PROTEINA 1	CHURRASQUITO
PROTEINA 2	FILETE DE PESCADO APANADO
ARROZ O CEREAL	ARROZ CHISPA PEREJIL
FARINACEO	CHIPS DE PLATANO
VERDURA	BARRA DE ENSALADA
JUGO	JUGO DE FRUTA/AGUA
POSTRE O FRUTA	

MIÉRCOLES 17

SOPA	SOPA DE CASCABELES
PROTEINA 1	CARNE EN BISTEAK
PROTEINA 2	POLLO A LA PLANCHA
ARROZ O CEREAL	ARROZ BLANCO
FARINACEO	AREPA
VERDURA	ENSALADA RUSTICA
JUGO	JUGO DE FRUTA/AGUA
POSTRE O FRUTA	GELATINA

JUEVES 18

SOPA	CAZUELA DE FRIJOL
PROTEINA 1	CARNE EN POLVO
PROTEINA 2	POLLO DORADO
ARROZ O CEREAL	ARROZ BLANCO
FARINACEO	TAJADA MADURA
VERDURA	TAJADA AGUACATE
JUGO	JUGO DE FRUTA/AGUA
POSTRE O FRUTA	

VIERNES 19

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

SOPA DE CUCHUCO
SUFLE DE POLLO
CERDO A LA PLANCHA
ARROZ COLA DE TIGRE
PAPAS CRIOLLAS AL HORNO
ENSALADA TROPICAL
JUGO DE FRUTA/AGUA

LUNES 22

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

SOPA DE FIDEOS
COSTILLAS DE CERDO BBQ
MILANESA DE POLLO
ARROZ VERDE

ENSALADA WULDOFF
JUGO DE FRUTA

MARTES 23

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

SOPA DE ARRACACHA
ALDONDIGAS A LA CRIOLLA
POLLO A LA PLANCHA
ARROZ COLA DE TEGRE
PAPAS AL VAPOR Y PEREJIL
ENSALADA FRESCA
JUGO DE FRUTA
GRATINADO DE AREQUIPE

MIÉRCOLES 24

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

LENTEJKAS
CHURRASQUITO
POLLO DORADO
ARROZ BLANCO
PLATANO AL HORNO
ENSALADA CRIOLLA
JUGO DE FRUTA



JUEVES 25

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

SOPA DE POLLO
ESCALOPINES DE POLLO / PLANCHA
CARNE MOLIDA A LA BOLONESA
PASTA
PAN ARTESANAL
ENSALADA FRUTAS Y VERDURAS
JUGO DE FRUTA
PANACOTTA



VIERNES 26

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

SOPA DE MUTE
CODITOS - CERDO EN SALSA CRIOLLA
POLLO GRILLET
ARROZ BLANCO
YUCA AL VAPOR
ENSALADA CRIOLLA
JUGO DE FRUTA

LUNES 29

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

SOPA DE CONCHITAS
CARNE EN BISTEAK
POLLO A LA PLANCHA
ARROZ BLANCO
AREPA
ENSALADA VERDE
JUGO DE FRUTA/AGUA

MARTES 30

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

AJIACO SANTA FERENO
POLLO DESMECHADO
CHURRASQUITO
ARROZ
MAZORCAS AL VAPOR
LAMINAS DE AGUACATE
JUGO DE FRUTA/AGUA

MIÉRCOLES 31

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

SANCOCHITO
LOMO SALTEADO
POLLO AL HORNO
ARROZ BLANCO
PAPAS CRIOLLAS
DADOS DE AGUACATE
JUGO DE FRUTA/AGUA
BARRA DE FRUTA

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

