

MENÚ

ALMUERZO

SEPTIEMBRE 2024

LUNES 2

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

CREMA DE ZANAHORIA
LOMO DE CERDO A LA PLANCHA
POLLO AL GRATIN
ARROZ VERDE
PLATANO AL HORNO
ENSADA TROPICAL
JUGO DE FRUTA Y/O AGUA

MARTES 3

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

SOPA DE FIDEOS
CHURRASQUITO
ARROZ CON POLLO

PAPA A LA FRANCESA
CASCOS DE TOMATE Y LECHUGA
JUGO DE FRUTA
FRUTA DE TEMPORADA

MIÉRCOLES 4

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

SOPA DE PLATANO
LOMO DE CERDO AL HORNO
POLLO A LA PLANCHA
ARROZ NAPOLITANO
CHIPS DE PLATANO
VEGETALES AL VAPOR
JUGO DE FRUTA Y/O AGUA

JUEVES 5

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

SOPA DE LENTEJAS
CARNE DESMECHADA
POLLO AL HORNO
ARROZ BLANCO
AREPA DORADA
ENSALADA CRIOLLA
JUGO DE FRUTA/ AGUA
BOCADILLO VELEÑO

VIERNES 6

*SUGERENCIA
del Chef*

LUNES 9

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

SOPA DE ARROZ
POLLO ESCALFADO
CHURRASQUITO
ARROZ BLANCO
TAJADAS MADURAS
ENSALADA ROJA
JUGO DE FRUTA /AGUA

MARTES 10

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

SOPA DE GARBANZOS
LOMO DE CERDO APANADO
POLLO A LA PLANCHA
ARROZ PEREJIL
PURE DE PAPA
ENSALADA FRESCA
JUGO DE FRUTA/AGUA

MIÉRCOLES 11

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

CREMA DE CEBOLLAS
MEDALLON DE POLLO
LOMITO DE RES Y CHAMPIÑÓN
ARROZ BLANCO
CROQUETA DE YUCA
ENSALADA PRIMAVERA
JUGO DE FRUTA/AGUA
MIX DE FRUTA

JUEVES 12

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

SOPA DE ARRACACHA
ALBONDIGAS A LA CRIOLLA
POLLO AL HORNO
ARROZ COLA DE TIGRE
PAPAS CRIOLLAS
ENSALADA CRIOLLA
JUGO DE FRUTA/AGUA

VIERNES 13

*SUGERENCIA
del Chef*

LUNES 16

SOPA	SOPA DE VERDURAS
PROTEINA 1	LOMO SALTADO
PROTEINA 2	POLLO GRILLET
ARROZ O CEREAL	ARROZ BLANCO
FARINACEO	PLATANO AL HORNO
VERDURA	ENSALDA RUSTICA
JUGO	JUGO DE FRUTA /AGUA
POSTRE O FRUTA	

MIÉRCOLES 18

SOPA	SANCOCHO CHIQUITO
PROTEINA 1	PESCADO APANADO
PROTEINA 2	POLLO A LA PLANCHA
ARROZ O CEREAL	ARROZ VERDE
FARINACEO	PAPAS CRIOLLAS
VERDURA	ENSALADA PRIMAVERA
JUGO	JUGO DE FRUTA/AGUA
POSTRE O FRUTA	

VIERNES 20

*SUGERENCIA
del Chef*

MARTES 24

SOPA	SOPA DE CEBADA
PROTEINA 1	GOULASH DE RES
PROTEINA 2	CORDON BLEU
ARROZ O CEREAL	ARROZ BLANCO
FARINACEO	TORTA DE CHOCOLO
VERDURA	VEGETALES FRESCOS
JUGO	JUGO DE FRUTA /AGUA
POSTRE O FRUTA	FRUTA DE TEMPORADA

JUEVES 26

SOPA	SOPA DE POLLO
PROTEINA 1	PECHUGAS PRIMAVERA
PROTEINA 2	MINI ALBONDIGAS
ARROZ O CEREAL	PASTA ALFREDO/NAPOLITANA
FARINACEO	PAN ARTESANAL (ARROZ OPCIONAL)
VERDURA	ENSALADA TROPICAL
JUGO	JUGO DE FRUTA/AGUA
POSTRE O FRUTA	PANNACOTA

LUNES 30

SOPA	SOPA CALEÑA
PROTEINA 1	POLLO GRILLET
PROTEINA 2	LOMO DE CERDO AL HORNO
ARROZ O CEREAL	ARROZ BLANCO
FARINACEO	PAPA AL GRATIN
VERDURA	VERDURAS FRESCAS
JUGO	JUGO DE FRUTA/AGUA
POSTRE O FRUTA	FRUTA DE TEMPORADA

MARTES 17

SOPA	SOPA DE CUCHUCO
PROTEINA 1	COSTILLAS PULLED PORK
PROTEINA 2	POLLO DORADO
ARROZ O CEREAL	ARROZ BLANCO
FARINACEO	PURE DE PAPA
VERDURA	ENSALADA FRESCA
JUGO	JUGO DE FRUTA/AGUA
POSTRE O FRUTA	

JUEVES 19

SOPA	SOPA DE FRIJOLES
PROTEINA 1	CARNE EN POLVO
PROTEINA 2	POLLO AL HORNO
ARROZ O CEREAL	ARROZ BLANCO
FARINACEO	AREPA
VERDURA	ENSALADA CRIOLLA
JUGO	JUGO DE FRUTA/AGUA
POSTRE O FRUTA	



LUNES 23

SOPA	SOPA DE VERDURAS
PROTEINA 1	POLLO A LA PARRILLA
PROTEINA 2	CARNE A LA PARRILLA
ARROZ O CEREAL	OPCIONAL
FARINACEO	PAPA, PLATANO, YUCA
VERDURA	GUACAMOLE
JUGO	JUGO DE FRUTA/AGUA
POSTRE O FRUTA	

MIÉRCOLES 25

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

VIERNES 27

*SUGERENCIA
del Chef*

