

MENÚ

escolar



SEPTIEMBRE	25	26	27	28	29
Sopa o Leguminosa	Sopa de pasta	Blanquillos	Ajiaco	Frijoles	Sopa de maíz
Proteína: pollo/res o cerdo	Carne de hamburguesa	Carne molida	Pollo desmenuzado	Pechuga Asada	Muslo apanado
Cereal: arroz o pastas	Arroz blanco	Arroz blanco	Arroz blanco	Arroz blanco	Arroz con verduras
Verduras	Ensalada	Ensalada	Ensalada con aguacate	Ensalada	Ensalada
Tubérculos /plátanos	Platanitos	Tajadas	Mazorca	Tajadas	Platanitos
Jugo	Jugo de maracuyá	Jugo de lulo	Jugo de coronilla	Limonada	Jugo e maracuyá
Postre o fruta			☺		☺
SEPTIEMBRE	2	3	4	5	6
Sopa o leguminosa	Sancocho	Lentejas	Consomé	Arvejas	Crema
Proteína: Pollo/res o cerdo	Pechuga asada	Carne desmechada	Arroz con pollo	Carne Asada	Pechuga rellena
Cereal: Arroz / pastas	Arroz blanco	Arroz blanco		Arroz blanco	Arroz blanco
Verduras	Ensalada	Ensalada	Rodaja de tomate	Ensalada	Ensalada de verduras
Tubérculos/ plátanos		Tajadas	Papas a la francesa	Tajadas	
Jugo	Jugo de lulo	Jugo de	Jugo de guayaba	Limonada	Jugo de maracuyá
Postre o fruta		☺		☺	
OCTUBRE	16	17	18	19	20
Sopa o leguminosa	FESTIVO	Lentejas	Ajiaco	Frijoles	Sancocho
Proteína: Pollo/res o cerdo		Pechuga asada	Pollo desmenuzado	Chuleta de pollo	Pollo asado
Cereal: Arroz / pastas		Arroz blanco	Arroz blanco	Arroz blanco	Arroz blanco
Verduras		Ensalada	Ensalada con aguacate	Ensalada	Ensalada de repollo
Tubérculos/ plátanos		Tajadas	Mazorca	Tajadas	
Jugo		Limonada	Jugo de coronilla	Jugo de mango	Jugo de piña
Postre o fruta				☺	