

# MENÚ escolar



NOVIEMBRE	13	14	15	16	17
Sopa o Leguminosa	<b>FESTIVO</b>	Sopa de maíz	Frijoles	Sancocho	Arvejas
Proteína: pollo/res o cerdo		Pollo con verduras	Carne de hamburguesa	Pollo asado	Muslo apanado
Cereal: arroz o pastas		Arroz blanco	Arroz blanco	Arroz blanco	Arroz
Verduras		Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada
Tubérculos /plátanos		Tajadas	Tajadas	Tajadas	
Jugo		Jugo de lulo	Jugo de maracuyá	Limonada	Jugo de mango
Postre o fruta				☺	
NOVIEMBRE	20	21	22	23	24
Sopa o leguminosa	Sopa de platanitos	Lentejas	Consomé	Frijoles	Ajiaco
Proteína: Pollo/res o cerdo	Pollo asado	Carne molida	Arroz con pollo	Chuleta de pollo	Pollo desmenuzado
Cereal: Arroz / pastas	Arroz blanco	Arroz blanco		Arroz blanco	Arroz blanco
Verduras	Ensalada	Ensalada	Rodaja de tomate	Ensalada	Ensalada con aguacate
Tubérculos/ plátanos		Tajadas	Papas a la francesa	Tajadas	Mazorca
Jugo	Jugo tomate	Limonada	Jugo de maracuyá	Jugo de guayaba	Jugo de coronilla
Postre o fruta		☺			☺
NOVIEMBRE	27	28	29	30	1
Sopa o leguminosa	Sopa de pasta	Blanquillos	Consomé	Lentejas	Sancocho
Proteína: Pollo/res o cerdo	Carne de hamburguesa	Chuleta de pollo	Arroz con pollo	Carne desmechada	Pollo asado
Cereal: Arroz / pastas	Arroz blanco	Arroz blanco		Arroz blanco	Arroz blanco
Verduras	Ensalada	Ensalada	Rodaja de tomate	Ensalada	Ensalada
Tubérculos/ plátanos	Tajadas	Tajadas	Papas a la francesa	Tajadas	Tajadas
Jugo	Jugo de maracuyá	Jugo de mango	Limonada	Jugo de lulo	Limonada
Postre o fruta		☺			☺