

2022  
**JULIO**



## MINUTA DESAYUNOS

L	M	M	J	V
<b>4</b> FESTIVO	<b>5</b> TOSTADA DE HUEVO CON DOBLE QUESO YOGURT	<b>6</b> QUESADILLA DE HUEVO REVUELTO, QUESO Y MERMELADA JUGO DE UVA	<b>7</b> AREPA CON HOGAO (OPCIONAL) CHORIZO CON LIMON QUESITO CHOCOLATE	<b>8</b> PANCAKES DE AVENA CON FRUTA CUAJADA MIEL MAPLE AVENA
<b>11</b> TORTILLA FRANCESA CON ESPINACA Y QUESO. CROISSANT CHOCOLISTO SIN AZUCAR	<b>12</b> MUFFIN DE AVENA Y BANANO HUEVO REVUELTO JUGO DE MANDARINA	<b>13</b> TOSTADAS FRANCESAS RELLENAS DE QUESO FRUTA MERMELADA SIN AZUCAR LECHE	<b>14</b> SALCHICHAS TIPO PULPITO AGRIDULCES AREPA CON MANTEQUILLA Y QUESITO AVENA	<b>15</b> SANDUCHE DE JAMÓN Y QUESO JUGO DE UVA
<b>18</b> PANDEBONO HUEVOS REVUELTOS CON MAICITOS CUAJADA AVENA	<b>19</b> WAFFLES CON BANANO Y FRESA CUAJADA MIEL MAPLE MILO	<b>20</b> FESTIVO	<b>21</b> AREPA CON MANTEQUILLA QUESITO HUEVOS CON ALIÑOS CHOCOLISTO SIN AZUCAR	<b>22</b> QUESADILLA DE QUESO, HUEVO Y TOCINETA YOGURT
<b>25</b> BUEÑUELO HUEVO CON JAMON CUAJADA CHOCOLISTO SIN AZUCAR	<b>26</b> PANINI DE HUEVO, QUESO Y AGUACATE (OPCIONAL) JUGO MANZANA	<b>27</b> PANCAKES DE AVENA CON FRUTA CUAJADA MIEL MAPLE AVENA	<b>28</b> HUEVOS CARTAGENEROS (CON MAICITOS, MOZARELLA Y PAPA RAYADA). CROISSANT Y YOGURT	<b>29</b> DESAYUNO PAISA: CALENTADO DE FRIJOLES AREPA PEQUEÑA CON MANTQUILLAY QUESITO HUEVO REVUELTO CHOCOLISTO SIN AZUCAR

**El desayuno incluye 1 porción de fruta de 90 gr**

Nuestras preparaciones pueden contener alérgenos cómo: gluten, huevo, nueces, lácteos y comida de mar / Algunas de nuestras preparaciones pueden contener azúcar en una cantidad moderada.

2022  
**JULIO**



## MINUTA ALMUERZOS

L	M	M	J	V
<b>4</b> FESTIVO	<b>5</b> SOPA DE TORTILLA ARROZ ATOLLADO VALLUNO DEDITOS DE YUCA	<b>6</b> AJIACO SANTAFEREÑO CON POLLO, MAZORCA, CREMA DE LECHE, ARROZ, AGUACATE	<b>7</b> FRIJOLES RANCHEROS CHICHARRON PLATANO MADURO ARROZ AGUACATE	<b>8</b> CREMA DE ZANAHORIA BROCHETA DE POLLO CON VERDURAS CHORIZO PAPAS A LA FRANCESA
<b>11</b> CREMA DE ARRACACHA POLLO ALMENDRADO PURE DE PLATANO MADURO ARROZ ENSALADA DE CUS CUS	<b>12</b> SANCOCHITO PESCADO APANADO MONEDAS DE PLATANO VERDE ARROZ	<b>13</b> SOPA DE VERDURAS CAÑÓN DE CERDO AL HORNO ARROZ PAJARITO ZUCCHINIS SALTEADOS CON AJO	<b>14</b> FRIJOLES CHICHARRON HUEVO FRITO PLATANO MADURO ARROZ AGUACATE	<b>15</b> CREMA DE PUERRO BURRITO DE POLLO CON GUACAMOLE Y PICO DE GALLO NACHOS
<b>18</b> LENTEJAS RANCHERAS CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO ARROZ AGUACATE	<b>19</b> CREMA DE ESPINACA POSTA SUDADA EN SALSA DULCE CHIPS DE PLATANO VERDE ARROZ BLANCO	<b>20</b> FESTIVO	<b>21</b> FRIJOLES RANCHEROS CHICHARRON PLATANO MADURO ARROZ AGUACATE	<b>22</b> CREMA DE ESPINACA CON TOCINETA CARNE MOLIDA NAPOLITANA CON TALLARINES
<b>25</b> SOPA DE GARBANZOS COSTILLA BBQ CROQUETAS DE YUCA ARROZ CON VERDURAS	<b>26</b> CREMA DE AUYAMA ARROZ ORIENTAL CON VERDURAS Y LOMITOS DE CERDO	<b>27</b> CREMA DE CHAMPIÑONES FRICASSE DE POLLO ARROZ CON PEREJIL VERDURAS SALTEADAS	<b>28</b> FRIJOLES CHICHARRON HUEVO FRITO PLATANO MADURO ARROZ AGUACATE	<b>29</b> CREMA DE APIO HAMBURGUESA GUACAMOLE PAPA CRIOLLA AL HORNO

**Nuestro menú se compone de: 1. sopa o crema 2. un alimento proteico 3. un alimento energético 4. una porción de verdura y/o ensalada 5. Postre 6. Bebida**

**Nuestras preparaciones pueden contener alérgenos como: gluten, huevo, nueces, lácteos y comida de mar / Algunas de nuestras preparaciones pueden contener azúcar en una cantidad moderada.**

2022

# JULIO

## MINUTA REFRIGERIOS

L	M	M	J	V
<b>4</b> FESTIVO	<b>5</b>	<b>6</b> CRISPETAS CAMELIZADAS CON SMOTHE DE BANANA	<b>7</b> MINI MUFFIN DE MANZANA CON LECHE	<b>8</b> BANANA TOAST Y MANTEQUILLA DE MANI CON JUGO DE MANZANA
<b>11</b> PASTELITO DE GUAYABA CON LECHE	<b>12</b> GALLETAS DE SODA CON QUESO CREMA Y MERMELADA SIN AZUCAR Y YOGURT	<b>13</b> MINI SANDUCHE DE WAFFLE CON QUESO CREMA Y MERMELADA SIN AZUCAR. JUGO DEL DIA	<b>14</b> SALPICON	<b>15</b> ARROZ CON LECHE
<b>18</b> MINI BROWNIE CON LECHE	<b>19</b> ENSALADITA DE FRUTAS CON QUESO	<b>20</b> FESTIVO	<b>21</b> TOSTADA DE QUESO CREMA Y FRESAS FILETEADAS CON JUGO DEL DIA	<b>22</b> CROISSANT CON MERMELADA SIN AZUCAR Y BATIDO DE MANGO Y PIÑA
<b>25</b> COLADA CON GALLETAS	<b>26</b> ROLLITOS DE PAN CON QUESO EMPANIZADOS CON MERMELADA	<b>27</b> BANANO CUBIERTO DE CHOCOLATE Y MANÍ	<b>28</b> MINI HOTDOG Y JUGO	<b>29</b> OBLEA CON AREQUIPE, COCO Y CRISPY

Nuestras preparaciones pueden contener alérgenos cómo: gluten, huevo, nueces, lácteos y comida de mar / Algunas de nuestras preparaciones pueden contener azúcar en una cantidad moderada.