

2022

SEPTIEMBRE

MINUTA DESAYUNOS



L	M	M	J	V
29	30	31	1	2
			HUEVOS CON ALIÑOS. QUESITO AREPA CHOCOLISTO SIN AZUCAR	NO HAY SERVICIO DE RESTAURANTE
5	6	7	8	9
QUESADILLA DE QUESO, HUEVO Y TOCINETA JUGO MANZANA NATURAL	WAFFLES CON BANANO Y FRESA CUAJADA MIEL MAPLE MILO	OMELETTE CON QUESO Y AGUACATE CROISSANT AVENA	COEVALUACION	JORNADA PEDAGOGICA
12	13	14	15	16
HUEVO REVUELTO CON ESPINACA MOGOLLA DE PAN INTEGRAL CUAJADA CHOCOLISTO SIN AZUCAR	TOSTADAS FRANCESAS CON FRUTA CUAJADA MIEL MAPLE YOGURT	MUFFIN DE AVENA Y BANANO HUEVO REVUELTO DE MANZANA NATURAL	AREPA DE CHOCOLO QUESITO HUEVOS REVUELTOS CHOCOLISTO SIN AZUCAR	BUEÑUELO, HUEVO CON MAICITOS CUAJADA AVENA
19	20	21	22	23
HUEVOS CARTAGENEROS (CON MAICITOS, MOZARELLA Y PAPA RAYADA). CROISSANT Y CHOCOLISTO SIN AZUCAR	CREP DE QUESO Y JAMON CON CROISSANT Y BATIDO DE BANANO Y FRESA	PANCAKES DE AVENA CON FRUTA CUAJADA MIEL MAPLE YOGURT	AREPA CON MANTEQUILLA QUESITO, HUEVOS RANCHEROS CHOCOLISTO SIN AZUCAR	CROFLE CON MIEL, FRUTA Y LECHE
26	27	28	29	30
AREPA CON MANTEQUILLA Y QUESITO SALCHICHA TIPO PULPITO CHOCOLATE	TOSTADAS FRANCESAS RELLENA DE QUESOCREMA Y Y FRESAS MIEL MAPLE LECHE	WAFFLES RELLENOS DE QUESO CON MIEL Y YOGURT.	TORTILLA FRANCESA CON ESPINACA Y QUESO. CROISSANT CHOCOLISTO SIN AZUCAR	DESAYUNO PAISA: CALENTADO DE FRIJOLES AREPA PEQUEÑA CON MANTQUILLAY QUESITO HUEVO REVUELTO CHOCOLATE

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

SEPTIEMBRE



REFRIGERIOS

L	M	M	J	V
29	30	31	1	2
			BANANO CUBIERTO DE CHOCOLATE Y MANÍ	CLASES VIRTUALES
5	6	7	8	9
LOS ESTUDIANTES SALEN TEMPRANO NO HAY REFRIGERIO	LOS ESTUDIANTES SALEN TEMPRANO NO HAY REFRIGERIO	LOS ESTUDIANTES SALEN TEMPRANO NO HAY REFRIGERIO	COEVALUACION	JORNADA PEDAGOGICA
12	13	14	15	16
ENSALADITA DE FRUTAS CON QUESO RAYADO	COLADA CON GALLETAS	BATIDO DE AVENA CON MANZANA Y CANELA CON GALLETA INTEGRAL Y MERMELADA SIN AZUCAR	BROWNIE DE ZUCCHINI Y MANTEQUILLA DE MANÍ	MINI BREADPIZZA CON JUGO DEL DIA
19	20	21	22	23
MINISANDUCHE EN PINCHO CON JUGO DEL DIA	MUFFIN DE BANANO Y ZANAHORIA CON LECHE	MINI WAFFLE CON LIMONADA DE SANDÍA	ARROZ CON LECHE	SUSHI ROLLS DE MANTEQUILLA DE MANÍ CON MANZANA Y CANELA
26	27	28	29	30
MINI TOSTADA CON QUESO CREMA Y AGUACATE	SALPICON	MINICREP RELLENO DE FRUTAS	TORTA DE ZANAHORIA CASERA Y LECHE	MINI WAFFLE DE PLATANO MADURO CON CUAJADA Y AVENA

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

SEPTIEMBRE

MINUTA ALMUERZOS



L	M	M	J	V
29	30	31	1	2
			FRIJOLES RANCHEROS CHICHARRON PLATANO MADURO ARROZ AGUACATE	NO HAY SERVICIO DE RESTAURANTE
5	6	7	8	9
SOPA DE PASTAS. ESTOFADO DE CARNE. PAPA RUSTICA RELLENA DE QUESO. ARROZ CON CÚRCUMA	SOPA DE MINISTRONE. CERDO ESTILO ORIENTAL. ARROZ. RATATUILLE	CREMA DE ESPINACA POSTA SUDADA EN SALSA DULCE CHIPS DE PLATANO VERDE ARROZ BLANCO	COEVALUACION	JORNADA PEDAGOGICA
12	13	14	15	16
LENTIJAS CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO MONEDITAS DE GUINEO ARROZ AGUACATE	SANCOCHITO PESCADO APANADO MONEDAS DE PLATANO VERDE ARROZ	CREMA DE MAZORCA ALBÓNDIGAS NAPOLITANAS PURÉ DE PAPA GRATINADO ARROZ CON ZANAHORIA	FRIJOLES CARNE MOLIDA PLATANO MADURO ARROZ y AGUACATE	CREMA DE TOMATE. BURRITOS MIXTOS , PICO DE GALLO, NACHOS, GUACAMOLE Y SALSAS
19	20	21	22	23
CREMA DE VERDURAS CERDO EN SALSA TERIYAKI ARROZ PAJARITO CROQUETA DE ESPINACA Y QUESO	SOPA DE TORTILLA ARROZ CON POLLO, MADURITO Y PAN DE AJO	AJIACO CHILENO ARROZ AGUACATE BANANO - incluye las verduras de la barra de ensalada	FRIJOLES RANCHEROS CHICHARRON PLATANO MADURO ARROZ AGUACATE	CREMA DE ESPINACA CON TOCINETA, CARNE MOLIDA NAPOLITANA CON TALLARINES
26	27	28	29	30
SOPA DE GARBANZOS COSTILLA BBQ PAPA CRIOLLA AL ROMERO ARROZ	CREMA DE AUYAMA. BANDIOLA DE CERDO AGRIDULCE. ARROZ ORIENTAL. CROQUETA DE YUCA	SOPA DE PATACONES CROQUETAS DE ATÚN VERDURAS SALTEADAS ARROZ	FRIJOLES CARNE MOLIDA PLATANO MADURO ARROZ AGUACATE	CREMA DE ZANAHORIA BROCHETA DE POLLO CON VERDURAS CHORIZO PAPAS A LA FRANCESA

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