

MENÚ	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES 1	
COLACIÓN					Uvas en mitades	
ENSALADA					Ensalada de repollo morado/verdes con tomates cherry	
PLATO DE FONDO					Cazuela de vacuno	
POSTRES					Tuti fruti	
APORTE NUTRICIONAL	CALORÍAS	PROTEÍNAS	CALORÍAS	PROTEÍNAS	CALORÍAS	PROTEÍNAS
					465	22

MENÚ	LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8	
COLACIÓN	Naranjas en rodajas	Peras trozadas	Manzanas trozadas	Huevo duro	Plátanos en mitades	
ENSALADA	Ensalada de lechugas espinacas	Ensalada de brócoli zanahoria	Ensalada de apio palmitos	Ensalada de tomates mix de hojas verdes	Ensalada de pepinos y repollo	
PLATO DE FONDO	Caracolutos con carne	Carne mechada con arroz primavera	Garbanzos con arroz	Pollo arvejado con arroz graneado	Charquicán con huevo escalfado	
POSTRES	Plátano con kiwi en láminas con jugo de naranjas	Torta de yogurt	Jalea con frutas	Manzanas uvas con kiwi en láminas	Mousse de limón con berries	
APORTE NUTRICIONAL	CALORÍAS	PROTEÍNAS	CALORÍAS	PROTEÍNAS	CALORÍAS	PROTEÍNAS
	465	21	475	21	490	22

MENÚ	LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15	
COLACIÓN	Naranjas en mitades	Huevo duro	Manzanas trozadas	Plátano en mitades	FERIADO	
ENSALADA	Ensalada de tomates pepinos	Ensalada de repollo zanahoria porotitos verdes	Ensaladas apio palta palmitos	Mix de hojas verdes con tomates cherry		
PLATO DE FONDO	Espirales con salsa boloñesa	Asado alemán con puré	Lentejas con quinoa	Pollo relleno con arroz árabe		
POSTRES	Fruta con merengue	Flan casero vainilla/chocolate	Jalea con frutas	Torta de duraznos		
APORTE NUTRICIONAL	CALORÍAS	PROTEÍNAS	CALORÍAS	PROTEÍNAS	CALORÍAS	PROTEÍNAS
	470	22	480	23	490	22

MENÚ	LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22	
COLACIÓN	Plátanos en mitades	Manzanas en mitades	Naranjas en rodajas	Peras en mitades	Huevo duro	
ENSALADA	Ensalada de repollo lechuga	Ensalada de apio palta tomates	Ensalada de betarraga espinacas palmitos	Ensalada de repollo porotitos verdes tomate cherry	Ensalada de brócoli zanahoria pepinos	
PLATO DE FONDO	Corbatas con salsa boloñesa	Chuletas con con puré	Porotos con tallarines	Croquetas de atún con arroz primavera	Carne mongoliana con papas al horno	
POSTRES	Naranjas con kiwi en rodajas	Tuti fruti	Mix de láminas de frutas	Tuti fruti/mousse de limón	Helado de plátano al natural	
APORTE NUTRICIONAL	CALORÍAS	PROTEÍNAS	CALORÍAS	PROTEÍNAS	CALORÍAS	PROTEÍNAS
	470	22	465	23	505	24

MENÚ	LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29	
COLACIÓN	Manzanas trozadas	Mandarinas en gajos	Peras trozadas	Huevo duro	Plátano en mitades	
ENSALADA	Ensalada de pepinos lechugas	Ensalada de brócoli zanahoria	Ensalada de tomate apio con atún	Ensalada de espinacas repollo palta	Ensalada de pepinos tomates palmitos	
PLATO DE FONDO	Coditos con salsa roja	Pastel de papas	Lentejas con arroz	Pollo asado con arroz blanco	Pastel de atún con papas al horno	
POSTRES	Plátano con frutillas en mitades	Kiwi manzanas en gajos con jugo de naranjas	Jalea con frutas	Flan casero	Torta de yogurt	
APORTE NUTRICIONAL	CALORÍAS	PROTEÍNAS	CALORÍAS	PROTEÍNAS	CALORÍAS	PROTEÍNAS
	450	21	465	22	495	22

