

MENÚ SEMANAL DE ALMUERZO COLEGIO SANTA TERESA DE JESÚS

CICLO DE MENÚ: SEMANA DEL 31 AL 4 DE NOVIEMBRE 2022

LUNES.

SOPA **PATACONES**

PROTEÍNA1. **POLLO CARBONARA**

PROTEÍNA **CARNE RIZADA NAPOLITANA**

CEREAL **ARROZ PAJARITO**

FARINÁCEO **PLÁTANO AL HORNO**

PRINCIPIO 1 **TOMATE CAPRESE**

PRINCIPIO 2 **LENTEJAS RANCHERAS**

BARRA DE ENSALADAS Y FRUTAS

JUGOS **PIÑA, FRESA**

POSTRE DEL DÍA

MARTES.

SOPA. **LETRAS**

PROTEÍNA1. **ARROZ CHINO**

PROTEÍNA 2 **PECHUGA A LA PLANCHA**

CEREAL **ARROZ**

FARINÁCEO **PAPA EN CASQUITOS**

PRINCIPIO 1 **STRUDELL DE VEGETALES**

PRINCIPIO 2

BARRA DE ENSALADAS Y FRUTAS

JUGOS **LULO, MORA**

POSTRE DEL DÍA

MIÉRCOLES.

SOPA. **AJIACO**

PROTEÍNA1. **POLLO DESMECHADO**

PROTEÍNA 2 **CHULETA MIEL MOSTAZA**

CEREAL **ARROZ**

FARINÁCEO **MAZORCA GUISADA**

PRINCIPIO 1 **VERDURA JARDINERA**

PRINCIPIO 2

BARRA DE ENSALADAS Y FRUTAS

JUGOS **MANGO, UVA**

POSTRE DEL DÍA

JUEVES.

SOPA **VERDURAS**

PROTEÍNA1. **POLLO AL MAYO AJILLO**

PROTEÍNA 2 **CARNE CON CHIMICHURRI**

CEREAL **ARROZ CON AJONJOLI**

FARINÁCEO **TORTA DE CALABACÍN
BLANQUILLOS**

PRINCIPIO 1 **ESPINACAS A LA CREMA**

PRINCIPIO 2

BARRA DE ENSALADAS Y FRUTAS
GUAYABA, MARACUYÁ

JUGOS

POSTRE DEL DÍA

VIERNES.

SOPA **CREMA DE CHAMPINÓN**

PROTEÍNA1. **ALITAS BBQ**

PROTEÍNA 2 **BEFF A LA CRIOLLA**

CEREAL **ARROZ**

FARINÁCEO **CRIOILLITAS DORADAS
VERDURA SALTEADA CON POLLO**

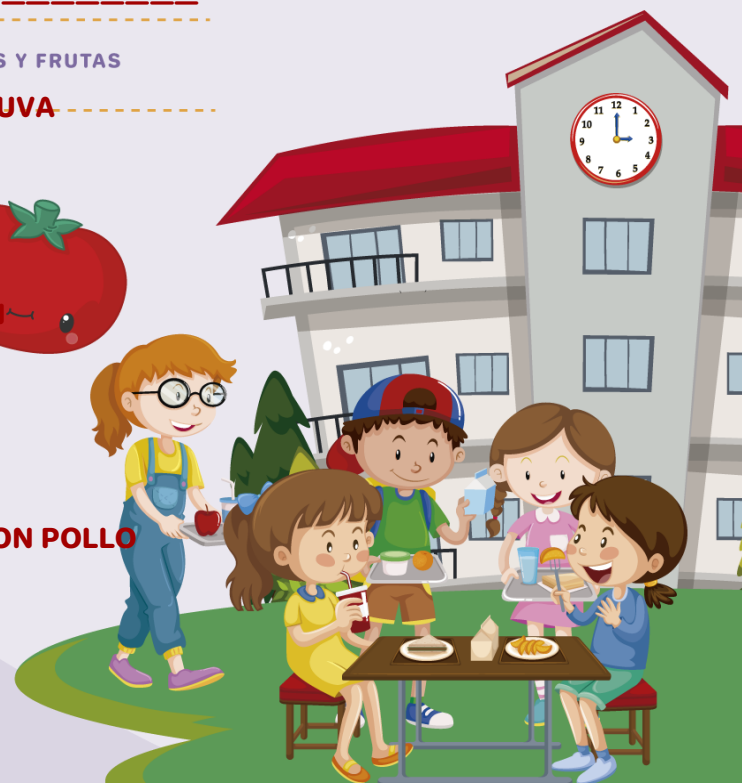
PRINCIPIO 1

PRINCIPIO 2

BARRA DE ENSALADAS Y FRUTAS
FRUTOS ROJOS, LIMONADA

JUGOS

POSTRE DEL DÍA



MENÚ SEMANAL DE LONCHERA COLEGIO SANTA TERESA DE JESÚS



CICLO DE MENÚ: SEMANA DEL 31 AL 4 NOVIEMBRE 2022

LUNES.

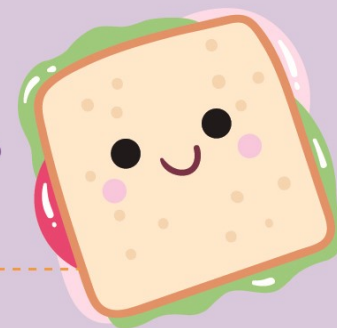


FRUTA **BANANO**
ALIMENTO
ENERGÉTICO 1 **BUÑUELO**
ALIMENTO **TORTILLA DE SALCHICHA**
ENERGÉTICO 2 **BEBIDA NATURAL LULO**
BEBIDA 1 **CHOCOLATE CALIENTE**
BEBIDA 2

MARTES.

FRUTA **FRESAS**
ALIMENTO
ENERGÉTICO 1 **MINI HOT DOG**
ALIMENTO **PALITO DE CHOCOLATE**
ENERGÉTICO 2 **BEBIDA NATURAL MORA**
BEBIDA 1 **LATTE**
BEBIDA 2

MIÉRCOLES.



FRUTA **UVAS**
ALIMENTO
ENERGÉTICO 1 **WRAPS**
ALIMENTO **ALMOJABANA**
ENERGÉTICO 2 **BEBIDA NATURAL FRESA**
BEBIDA 1 **AVENA**
BEBIDA 2



JUEVES.

FRUTA **SANDIA**
ALIMENTO
ENERGÉTICO 1 **AREPA CON QUESO**
ALIMENTO **WAFFLES**
ENERGÉTICO 2 **BEBIDA NATURAL UVA**
BEBIDA 1 **CHOCOLISTO**
BEBIDA 2

VIERNES.

FRUTA **MANZANA**
ALIMENTO
ENERGÉTICO 1 **SANDWICH**
ALIMENTO **BANANA SPLIT**
ENERGÉTICO 2 **BEBIDA NATURAL MARACUYÁ**
BEBIDA 1 **CAPUCHINO**
BEBIDA 2

