

DESAYUNO

MON
29

TUE
30

WEN
1

THUR
2

FRI
3

PROTEINA

Tortilla
tocineta

Omelette con
jamón y queso

Huevo revuelto
con parmesano

pancake con
queso rallado,
banano, fresa,
mango y kiwi

calentado de
arroz con huevo
revuelto tomate y
cebolla

Quesito

Quesito

Quesito

Quesito

Quesito

Cuajada

Cuajada

Cuajada

Cuajada

Cuajada

Huevo duro

Huevo duro

Huevo duro

Huevo duro

Huevo duro

Huevo
revuelto

Huevo revuelto

Huevo revuelto

Huevo revuelto

Huevo revuelto

tortas de
atun

Arepa
de chόcolo

Arepa de maiz
amarillo

Calentado de
lenteja

Pancake de
chocolate

arepa blanca
redonda

Galletas

pan
de yuca

arepa
blanca

palo
de queso

Hojuelas
de maiz/granola
con avena/arroz
soplado

Hojuelas de
maiz/granola con
avena/arroz soplado

Hojuelas de
maiz/granola con
avena/arroz
soplado

-

-

**BEBIDA
CALIENTE**

Chocolate
agua/ leche

Chocolate
agua/ leche

Chocolate
agua/ leche

Hojuelas de
maiz/granola
con
avena/arroz
soplado

Hojuelas de
maiz/granola
con
avena/arroz
soplado

**BEBIDA
LÁCTEA**

Kumis
natural/
normal/leche

Yogurt
natural/normal/
leche

Yogurt
natural/normal/
leche

Chocolate
agua/ leche

Chocolate
agua/ leche

JUGO

Fresa/
limonada

Mango

Mandarina/lulo

Uva

Lulo

FRUTA

melon-
papaya

Kiwi/pera

Piña/Manzana
verde

fresa/banano

Papaya

MEDIA MAÑANA KINDER 1 Y 2

BEBIDA LACTEA	Yogurt sin azucar	Yogurt de sabores	Yogurt sin azucar	Leche	Yogurt sin azucar
FRUTA	Yogurt sin azucar	Sadia	Yogurt sin azucar	Kiwi	Pera

MEDIA MAÑANA KINDER 3 A 1º

BEBIDA LACTEA	leche	Yogurt de sabores	Leche	Yogurt de sabores	Leche
FRUTA	Leche	Yogurt de sabores	Leche	kiwi	Pera
DULCE	Uva	Sandía	Mango		Gelatina (80 gr)

ALMUERZO

MON
29

TUE
30

WEN
1

THUR
2

FRI
3

SOPA DEL DÍA

Consome de pollo

Crema de Champiñones

Sopa de tortilla

Ajiaco

Crema de maiz

PROTEINA

Albóndigas en salsa napolitana

Res desmechada con platano maduro en cuadros

Carne de res a la plancha con chimichurri

Pechuga a la plancha

Pechuga a la plancha

Milanesa de pollo en miel mostaza

Cerdo asado

Pollo con verduras

Pollo desmechado con crema de leche

ARROZ

Arroz blanco

Arroz blanco/Arroz de maiz

Arroz Blanco/Arroz con espinaca

Arroz blanco/Arroz con brócoli

Arroz blanco

SALSAS

ACOMPANANTE

Patacones

Papa gratinada

Torta de zanahoria frita

Mazorca

Papa chips

BARRA DE ENSALADA

Mix de Lechuga crespa con maní, pasas y tomate cherri	Lechuga batavia	Lechuga romana	Tomate medias lunas	Tomate en rodajas
			Lechuga batavia	Lechuga batavia
Zanahoria rallada	Zanahoria en sifflet	Zanahoria en bastones	Zanahoria medias lunas	Zanahoria rallada
Tomate en rodajas	Tomate medias lunas - secos	Tomate macedonia	Cebolla rodajas	Guacamole
Mix de Lechuga crespa con maní, pasas y tomate, cherri	Lechuga batavia	Lechuga romana	Mazamorra	Cebolla blanca en rodajas con cilantro
Zanahoria rallada	Zanahoria en sifflet	Zanahoria en bastones con ajonjoli	Zucchini	Coliflor
Escabeche de cebolla	Cebolla morada en rodajas	Aros de cebolla apanada	Vinagre de cilantro/ vinagre de hierbas	Tartara/vinagre de miel
Remolacha y zanahoria en cubos	Repollo blanco y morado con piña	Brocoli apanado	Crema de leche	Semillas de girasol

JUGO

Naranja/Piña	Mango biche/Uva	Lulo/Guayaba	Guayaba/ Durazno	Mandarina/ Jamaica
--------------	-----------------	--------------	------------------	--------------------

Ensalada

Brócoli, coliflor y maíz en salsa blanca gratinado	Shop suey(zuquini, zanahoria, brocoli)	Cebolla morada y cebolla blanca en rodajas con cilantro	Papaya/ Manzana verde	Fresa/Kiwi
--	---	---	-----------------------	------------

Vinagreta

Tartara	Reducción de vinagre balsámico	Albahaca	Vinagre de cilantro/ vinagre de hierbas	vinagre de miel
---------	--------------------------------	----------	---	-----------------

Fruta

Uva	Piña	Sandia	Fresa	Manzana verde
-----	------	--------	-------	---------------

REFRIGERIO TARDE

BEBIDA k1-k2	Leche	Yogurt de sabores	Leche	Yogurt de sabores	Leche
BEBIDA k3-1°	Manzana	Granadilla	Sandia	Granola/manzana roja	Pan tostado/Mango

