

# Menú

## Santa María

### PROGRAMACION MENSUAL ALMUERZOS Y REFRIGERIOS COLEGIO SANTA MARIA

VERSION 3  
3/13/2017

AÑO:2018

MES:OCTUBRE

DIA	SOPE-CREMA	PROTEICO		PROTEINA	ENERGETICO	REGULADOR		JUGOS	POSTRE	REFRIGERIOS NINAS
		opcion 1	opcion 2	VEGETARIANA	VERDURA	FRUTAS				
1	SOPA ALDENA	MILANESA DE CERDO SALSAS CHAMPIÑONES	MUSLITOS SALSAS CRIOLLA	CROQUETAS DE QUINUA Y ESPINACA	ARROZ CON PLATANITOS	BROCOLI GRATINADO	CIRUELAS** / PAPAYA	LIMONADA** / GUANABANA	CHOCOBREAK	PALITO DE QUESO, JUGO FRESA/ AVENA, PIÑA-UVAS
2	AJIACO	POLLO DESMECHADO	GOULASH DE RES	ENSALADA GERMINADOS	AREPITAS	AGUACATE/ LECHUGA/ TOMATE	NARANJA** / UVAS	MORA** / LULO	JALEA+QUESO	BUNUELTOS, JUGO MARACUYA, QUESITO, MANZANA
3	CREMA DE VEGETALES	ALBONDIGAS ATOMATADAS	COLOMBINAS DE ALA HORNEADAS	GARBANZOS ATOMATADOS	ARROZ CON FIDEOS	ZANAHORIA+ CALABACIN + QUINUA	PIÑA **/ DURAZNOS	MANGO / FEIJOA**	DONITAS	SANDWICH DE JAMON Y QUESO, LIMONADA / BANANITO
4	SOPA PASTA	ROLLOS DE PECHUGA CON TOCINETA	MUCHACHO SALSAS BENDER	HAMBURGUESA DE SOYA	PURE DE PAPA	VERDURAS AL WOK	FRESA** / MANDARINA	PERA-MANZAN/ NARANJAPIÑA**	MINIALFAJOR	MUFFINS DE MANZANA, JUGO NARANJA-PIÑA, ALPINITO / PATILLA
5	CREMA DE TOMATE	SOUFLE DE ATUN	HAMBURGUESA DE RES	SOUFLE DE CALABACIN	CROQUETAS DE ARROZ	ESPINACA+MELO COTON+QUESO	FEIJOA / BANANO**	UVA **/ FRUTOS AMARILLOS	BARQUILLO	MAIZ PIRA + SALCHICHA, JUGO MORA, GRANADILLA
8	SOPA DE AVENA	GOULASH	PECHUGA PLANCHA	LENTEJAS	ARROZ CON ZANAHORIA	HABICHUELAS AL AJILLO	PAPAYA	FRESA	ARROZ CON LECHE	RECESO ESCOLAR
9	PUCHERO	PECHUGA	COSTILLA DE RES	TOMATES RELLENOS	YUCA	MAZORCA	NARANJA	LIMONADA	CHOCOLATINA	RECESO ESCOLAR
10	CUCHUCO DE CEBADA	PESCADO SALSAS LIMON Y COCO	CARNE ASADA	ESTOFADO DE SALCHICHA SOYA	PATACON	ENSALADA COLESLAW	MANZANA	PAPAYA +LIMON	FLAN DE VAINILLA	RECESO ESCOLAR
RECESO ESCOLAR										
15	FESTIVO									
16	SOPA ARRACACHA	POLLO GRATINADO	CARNE CUBOS ATOMATADA	TOFU APANADO	ARROZ VERDE	TOMATE CON ALBAHACA	BANANO** / UVAS ISABELINA	MORA/ MANGO**	MINIMILHOJA	PAN DE CHOCOLATE, JUGO LULO /QUESITO, TANGELO
17	CONSUME MEXICANO	BURRITOS CARNE Y QUESO	JULIANAS DE POLLO	FRIJOL REFRITO	TORTILLAS NACHOS	PICO DE GALLO/GUACAMOLE / LECHUGA	NARANJA ***/ CIRUELAS	FRUTOS AMARILLOS** / GUAYABA	MASMELO RELLENO	VALLUNITOS, JUGO FRESA/ MILO, PIÑA
18	SOPA DE ARROZ	LOMO DE CERDO SALSAS CIRUELAS	FRICASSE DE POLLO	QUINUA	ARROZ CON FIDEOS	ZANAHORIA AL GENGIBRE	GUAYABA**/ MELON	FRESA**/ MARACUYA	AREQUIPE	CEREAL, JUGO NARANJA/ KUMIS, FRESA
19	SOPA DE PATACON	FILETE DE TILAPIA PARMESANA	POSTA ALCAPARRADA	CHORICITO DE SOYA	PAPA AL AJILLO	HABICHUELA + MAIZ + ARVEJA CREMA	PAPAYA / GRANADILLA**	LIMONADA** / FEIJOA	FRESA CON LECHE CONDENSADA	MINIPERRO, JUGO MANGO/QUESO RALLADO, CIRUELAS
22	SOPA DE VERDURAS	LASAGNA DE CARNE	HAMBURGUESA DE POLLO	LASAGNA DE VEGETALES	PANECILLOS	ENSALADA PRIMAVERA	PATILLA*** / UCHUVAS	MARACUYA**/ FRESA	YOGUETA	CINAMMON, JUGO NARANJA-PIÑA / YOGURT, MANZANA
23	SOPA DE CUCHUCO MAIZ	CARNE RANCHERA	POLLO SALSAS	SALCHICHA DE SOYA	CRIOILLITAS AL HORNO	GUACAMOLE/LECHUGA/TOMATE	MANDARINA / GUANABANA***	LULO / DURAZNO**	CRESPAS DE COCO	AREPA, JUGO MORA/ MILO, TANGELO
24	SOPA DE TORREJAS	MUSLITOS SALSAS NARANJA Y TOCINETA	LENTEJAS CON CARNE	LENTEJAS	ARROZ CON MANI	CALABACIN+TOMATE	PIÑA / MANZANA**	GUAYABA / MANGO***	PASABOCAS	ALMOJOBANA, JUGO MARACUYA / AVENA, BANANITO
25	SOPA LENTEJAS	KIBBES	PESCADO SALSAS TERIYAKE	TAHINE	ARROZ BRONCE	TABULLE	CIRUELAS / PAPAYA	LIMONADA ***/ MORA	CHOCOSTICK	DEDITOS QUESO, JUGO MANGO/MALTEADA, FRESA
26	SOPA MINSTRONE	PIZZA DAY CELEBRACION HALLOWEEN								
29	CREMA DE VERDURAS	PECHUGA SALSAS ESPARRAGOS	MUCHACHO AL VINO	CHAMPINONES GRIEGA	ENSALADA CROCANTE	UVAS** / MELON	GUAYABA***	LULO /	HELADOS NUT	MANI-FRUTOS SECOS, JUGO LULO /QUESO, UVAS
30	SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO	CARNE CON CHIMICHURRI	GARBANZOS CON CHORIZO	GARBANZOS	ARROZ CON TOMATE, ALBAHACA Y QUESO PARMESANO	ROLLITOS PRIMAVERA	PAPAYA ** / CIRUELAS	BANANO / PIÑA**	MELOCOTONES	GALLETAS AVENA CHIPS, JUGO MANGO / ALPINITO PATILLA+ARANDANOS
31	SOPA PLATANO COLI	POLLO APANADO	ATOMATADA	ESTOFADO DE TOFU	CODITOS MAYONESA	TORTILLA DE ESPINACA	MANDARINA / GRANADILLA***	MARACUYA / FEIJOA**	GALLETA DECORADAS	SANDW NUTELA, JUGO LULO/ KUMIS, FRESA