



# MENÚ ESCOLAR

## Del 2 al 6 de febrero

|          |                      | LUNES  | MARTES   | MIÉRCOLES   | JUEVES  | VIERNES  |
|----------|----------------------|--|--|---|---|--|
|          | MEDIA MAÑANA         | Arepa de chócolo con queso<br>Chocolate con leche<br>Fruta picada  | Sanduche casero<br>Jugo natural<br>Fruta picada  | Variedad de frutas<br>Yogurt/kumis/leche<br>cereal/granola/<br>chococrispis con<br>queso rayado | Pandebono<br>Jugo natural<br>Fruta picada   | Conitos de tortilla<br>reellenos de carne<br>Jugo natural<br>Fruta picada                    |
| ALMUERZO | SOPA DEL DÍA         | Sopa de las dos papas<br>con zanahoria   | Sancocho   | Sopa de arracacha   | Fríjoles  | Sopa de auyama   |
|          | PROTEINA             | <ul style="list-style-type: none"><li>Fajitas de pierna en salsa teriyaki</li><li>Filete de pollo asado</li></ul>    | <ul style="list-style-type: none"><li>Posta desmechada</li><li>Pierna asada</li></ul>        | <ul style="list-style-type: none"><li>Rollo mixto</li><li>Filete de pollo asado</li></ul>       | <ul style="list-style-type: none"><li>Chicharrón</li><li>Molida</li></ul>             | <ul style="list-style-type: none"><li>Pinchos</li><li>Solomo con salsa de tocineta</li></ul> |
|          | PROTEINA PREESCOLAR  | Fajitas de pierna en salsa teriyaki  | Posta desmechada   | Rollo mixto   | Chicharrón  | Nuggets  |
|          | ACOMPAÑANTE          | <ul style="list-style-type: none"><li>Tostones de plátano</li><li>Arroz blanco</li><li>Arroz con zanahoria</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>Banano</li><li>Aguacate</li><li>Arroz blanco</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>Papa enchaquetada</li><li>Arroz blanco</li></ul>          | <ul style="list-style-type: none"><li>Tajada de maduro</li><li>Arroz blanco</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>Papas a la francesa</li><li>Arroz blanco</li></ul>     |
|          | ALTERNO BACHILLERATO |  |  | Arroz chino/verduras calientes/pan bola   | Wraps de carne acompañados de frutas  |  |
|          | ENSALADA             | Vegetales y fruta<br>Vinagreta de la casa  | Vegetales y fruta<br>Vinagreta de la casa  | Vegetales y fruta<br>Vinagreta de la casa   | Vegetales y fruta<br>Vinagreta de la casa   | Vegetales y fruta<br>Vinagreta de la casa  |
|          | BEBIDA               | Jugo natural- leche - té   | Jugo natural- leche - té   | Jugo natural- leche - té  | Jugo natural- leche - té  | Jugo natural- leche - té   |

### Note

- Todos los días contamos con harinas integrales para la media mañana, bebidas sin azúcar tanto en la media mañana como en el almuerzo y leche deslactosada.
- **Aquellos niños con recomendaciones alimentarias por parte de nutricionistas, deben hacer llegar la información de manera escrita.**
- Tendremos a disposición menú vegetariano, para acceder a él se deben de inscribir con anticipación.