



MENÚ ESCOLAR

Del 19 al 23 de octubre

		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
ALMUERZO	MEDIA MAÑANA	Pancakes con nutella Jugo natural Fruta picada	Galletas con queso crema Jugo natural Fruta picada	Papa rellena Jugo natural Fruta picada	Hot Dog Jugo natural Fruta picada	Pan hawaiano Milo Fruta picada
	SOPA DEL DÍA	Sopa campesina	Sopa de lentejas	Crema de ahuyama	Fríjoles	Sopa de avena
	PROTEINA	- Pierna en salsa BBQ - Filete de pollo asado	- Carne molida con huevo - Filete de pechuga	- Arroz con pollo - Filete de pollo asado	- Chicharron - Molida con huevo	- Chuzo de pollo - Solomo con chimichurri
	PROTEINA PREESCOLAR	Fajitas de pierna en salsa BBQ	Carne molida	Arroz con pollo	Molida	Lomitos de pechuga asados
	ACOMPañANTE	- Plátano maduro con queso - Arroz blanco - Arroz verde	- Papas Chips - Arroz blanco	- Pan bola - Arroz blanco	- Tajada de maduro - Arroz blanco	- Papas a la francesa - Arroz blanco
	ALTERNO BACHILLERATO		Lasaña/pan bola/ fruta	Pierna/ papas en cubos con salchicha	Solomo/ plátano exquisito/ verduras	
	ENSALADA	Vegetales y fruta Vinagreta de la casa	Vegetales y fruta Vinagreta de la casa	Vegetales y fruta Vinagreta de la casa	Vegetales y fruta Vinagreta de la casa	Vegetales y fruta 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.