



MENÚ ESCOLAR

Del 16 al 20 de marzo

		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	MEDIA MAÑANA	Arepa con quesito Chocolate con leche Fruta picada	Variedad de frutas Yogurt/kumis/leche Cereal/granola/choco krispis Queso	Omelette con croissant Yogurt/kumis/leche Fruta picada	Salchipapas Jugo natural Fruta picada	Pan de chocolate Jugo natural Fruta picada
ALMUERZO	SOPA DEL DÍA	Sopa de las dos papas con zanahoria	Sopa de patacón	Ramen	Fríjoles	Sopa de avena
	PROTEINA	- Costillas a la BBQ - Filete de pollo asado	- Pierna en salsa teriyaki - Filete de pollo asado	- Filete de pollo asado - Posta a la cartagenera	- Chicharrón - Molida - Molida con huevo	- Pescado crispy - Quesadillas
	PROTEINA PREESCOLAR	Fajitas de pierna	Fajitas de pierna en salsa teriyaki	Filete de pollo asado	Chicharrón	Fricasé
	ACOMPAÑANTE	- Papa criolla - Arroz blanco - Arroz con aliños	- Papas a la carbonara - Arroz blanco	- Enyucado - Yuquitas - Arroz blanco - Arroz con cabello de ángel	- Tajada de maduro - Arroz blanco	- Nachos con guacamole - Arroz blanco
	ALTERNO BACHILLERATO		Sánduche de pollo gratinado		Espaguetis cremosos con jamón, tocineta y maicitos	
	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.