

MENU PRESCHOOL

WEEK 1

GRUPO DE ALIMENTO

LUNES 18

MARTES 19

MIÉRCOLES 20

JUEVES 21

VIERNES 22

LONGHERA

Proteico

Tortilla española

Pastel de queso y espinaca al horno

Omelette con queso

Sandwich integral de queso

Tortilla italiana

Bebida

Yogur

Avena

Fruta

Fruta porción

Fruta porción

Fruta porción

Fruta porción

Fruta porción

ALMUERZO

Proteína

Carne en fajitas

Deditos de pollo apanados

Bocaditos de pescado

Ajiaquito+pollo desmechado

Carne molida

Principio

Lentejas guisadas

Pastas en salsa queso

Vegetales a la napolitana

Papas a la mantequilla

Frijoles guisados

Arroz

Blanco

Pan bolita

Blanco

Blanco

Blanco

Ensalada

Berenjenas empanizadas con miel

Tomate en cubos

Lechuga+tomate +zanahoria

Pepino en rodajas con limón

Palitos de zanahoria

Bebida

Jugo natural

Jugo natural

Jugo natural

Jugo natural

Jugo natural

Postre

Fruta porción

Fruta porción

Fruta porción

Fruta porción

Fruta porción

ROMPERUTINA

Proteína

Burrito con pollo y salsa de la casa

Sushi tradicional

Choripan

Deditos de pollo apanados con ajonjolí

Hamburguesa de res

Acompañamiento

Papa chips

Papa rústica

Papa amarilla

Papa francesa

Ensalada

Fresca

Fresca

Fresca

Fresca

Fresca

Jugo

Jugo natural/ Saborizada

Jugo natural/ Saborizada

Jugo natural/ Saborizada

Jugo natural/ Saborizada

Jugo natural/ Saborizada

Postre

Del día

Del día

Del día

Del día

Del día

MENU PRESCHOOL

WEEK 2

GRUPO DE ALIMENTO

LUNES 25

MARTES 26

MIÉRCOLES 27

JUEVES 28

VIERNES 29

LONCHERA

Proteico

Pandebono

Pastel homeado de carne

Huevo duro+ galleta integral

Tortilla florentina

Bebida

Granola+kumis

Yogur

Avena

Fruta

Fruta porción

Fruta porción

Fruta porción

Fruta porción

Fruta porción

ALMUERZO

Proteína

Carne de hamburguesa

Pescado apanado

Pollo en fajitas

Cerdo en tiritas

Nuggets de pollo

Principio

Tornillos en salsa carbonara

Estofado de vegetales

Hummus de garbanzos

Papas chips

Frijoles guisados

Arroz

Pan buffet

Blanco

Blanco

Blanco

Blanco

Ensalada

Zanahoria rayada

Fresca

Tomate en cubos

Brócoli en salsa blanca

Palitos de zanahoria

Bebida

Jugo natural

Jugo natural

Jugo natural

Jugo natural

Jugo natural

Postre

Fruta porción

Fruta porción

Fruta porción

Fruta porción

Fruta porción

ROMPERUTINA

Proteína

Sandwich pork bbq

Sushi

Wrap pollo+ champiñones

Sandwich tipo cubano

Quesadilla con carne molida y Pico de gallo

Acompañamiento

Palitos de papa

Papas rústicas

Papas francesas

Papas chips

Ensalada

Fresca

Fresca

Fresca

Fresca

Fresca

Jugo

Jugo natural/ saborizada

Jugo natural/ saborizada

Jugo natural/ saborizada

Jugo natural/ saborizada

Jugo natural/ saborizada

Postre

Del día

Del día

Del día

Del día

Del día