

ENERO 2023

	Lunes 02	Martes 03	Miércoles 04	JUEVES 05	VIERNES 06
REFRIGERIO	FERIADO FIN DE AÑO	DESARROLLO PROFESIONAL BI	DESARROLLO PROFESIONAL BI	Quesadilla y jugo de temporada	Mote con chicharrón y jugo de temporada
ENTRADA				Sopa de verduras	Crema de tomate
PLATO FUERTE				Spaguetti de atún, con ensalada de lechuga con tomate y aceitunas	Tacos mexicanos
POSTRE				Sandía	Duraznos en almíbar
JUGOS				Fruta de temporada	Fruta de temporada

	LUNES 09	MARTES 10	MIERCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
REFRIGERIO	Ceviche de chochos y jugo de temporada	Pan de chocolate y jugo de temporada	Bolón de verde con queso y jugo de temporada	Mini hot dog y jugo de naranja	Torta de naranja y jugo de temporada
ENTRADA	Crema de champiñones	Consomé de pollo	Sopa Juliana	Sopa de letras	Canguil y chifles
PLATO FUERTE	Tortillas de papa, longaniza, encurtido con aguacate.	Chuleta de cerdo con chimichurri con papas criollas salteadas y ensalada de zucchini y zanahoria	Carne de res a la plancha, arroz y menestra de lenteja con ensalada de col y zanahoria	Pollo al horno, arroz al curry y ensalada de pepinillo con tomate	Ceviche de camarón y pescado. *opcional porción de arroz
POSTRE	Piña	galletas choco chips	Torta tres leches	Granadilla	Helado
JUGOS	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada

	LUNES 16	MARTES 17	MIERCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
REFRIGERIO	Papi nuggets y jugo de temporada	Empanadas de carne y jugo de temporada	Donas y jugo de temporada	Sánduche de jamón y queso y jugo de temporada	Brownie y jugo de temporada
ENTRADA	Sopa Oriental	Locro de papa	AjÍ de carne	Sopa de quinoa	Pan de ajo
PLATO FUERTE	Risotto con carne a la plancha y ensalada de tomate cherry, berros y cebolla	Pescado apanado, estirones de verde y encurtido	Baby costillas de cerdo en salsa bbq, papas a la francesa y ensalada de aguacate	Ensalada César con pechuga de pollo. *opcional porción de arroz	Lasagña de carne y ensalada de espinaca, tomate y maíz dulce.
POSTRE	Frutillas con crema	Alfajores	Gelatina	Sandía	Mousse de maracuyá
JUGOS	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada

	LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
REFRIGERIO	Choclo con queso y jugo de temporada	Sánduche de pollo y jugo de temporada	Salchipapa y jugo de temporada	Ensalada de frutas	Tortillas de verde y jugo de temporada
ENTRADA	Crema de zucchini y canguil	Sancocho	Sopa de pollo con fideo	Locro de acelga	Menestrone
PLATO FUERTE	Churrasco, ensalada rusa y arroz.	Encocado mixto, arroz y rodaja de aguacate	Pollo en salsa teriyaki, arroz y ensalada de brocoli con tomate	Lomo de cerdo a la plancha, menestra de fréjol, ensalada de col con zanahoria.	Pizza y ensalada de tomate cherry, queso fresco, aceitunas y cebolla.
POSTRE	Pera	Mini pancakes con miel	Flan	Pastel de chocolate	Coctel de frutas
JUGOS	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada

	LUNES 30	MARTES 31
REFRIGERIO	JUNTAS DE CURSO PRIMER QUIMESTRE	JUNTAS DE CURSO PRIMER QUIMESTRE
ENTRADA		
PLATO FUERTE		
POSTRE		
JUGOS		

El comedor se reserva el derecho de cambios en el menú por casos de fuerza mayor.

DIANA ALDAZ
ADMINISTRADOR

YADIRA ENRÍQUEZ
DEPARTAMENTO MÉDICO

APROBADO POR SRA. RUTH GARCIA
GERENTE GENERAL