

## SEMANA 28 AL 02 DICIEMBRE

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>ENTRADA COMÚN</b>	LECHUGA - TOMATE	LECHUGA-BETARRAGA	APIO-REPOLLO	LECHUGA - CHOCLO	ENSALADA MIXTA
<b>PLATO DE FONDO COMÚN</b>	CROQUETAS DE POLLO CON PAPAS A LA CREMA Y /O PURE	LASAGNA BOLOGNESE	PESCADO FRITO CON ARROZ GRANEADO	PULPA DE CERDO AL HORNO CON FIDEOS A LA MANTEQUILLA	HAMBURGUES A CON ARROZ
<b>POSTRES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• JALEA DE PIÑA</li> <li>• COMPOTA DE FRUTA</li> <li>• FRUTA NATURAL</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MACEDONIA</li> <li>• FLAN DE LECHE</li> <li>• FRUTA NATURAL</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MERENGÓN</li> <li>• JALEA FRAMBUESA</li> <li>• FRUTA NATURAL</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• DURAZNOS AL JUGO</li> <li>• LECHE ASADA</li> <li>• FRUTA NATURAL</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• FLAN DE LECHE</li> <li>• FRUTA NATURAL</li> </ul>
<b>HIPOCALÓRICO</b>	PAPA RELLENA ENSALADA DE ZANAHORIA, LECHUGA Y TOMATE	PALTA RELLENA CON ATÚN ENSALADA DE REPOLLO, BETARRAGA Y LECHUGA	PESCADO AL HORNO ENSALADA APIO, CHOCLO Y LECHUGA	PULPA DE CERDO CON ENSALADA DE LECHUGA BETARRAGA Y BROCOLI	SIN ALTERNATIVA
<b>APORTE CALÓRICO</b>	<b>COMÚN: 603 Kcal</b>	<b>COMÚN: 633 Kcal</b>	<b>COMÚN: 451 Kcal</b>	<b>COMÚN: 388 Kcal</b>	<b>COMÚN: 388 Kcal</b>
<b>PLATO DE FONDO</b>	<b>HIPOCALÓRICO: 424 Kcal</b>	<b>HIPOCALÓRICO: 436 Kcal</b>	<b>HIPOCALÓRICO: 217 Kcal</b>	<b>HIPOCALÓRICO: 507 Kcal</b>	<b>HIPOCALÓRICO: 507 Kcal</b>

*\*Por circunstancias excepcionales, el presente menú podría verse variado de manera ocasional y siempre pensando en el buen funcionamiento del servicio del comedor.*

Mariela Guzmán V.

Nutricionista – Central de alimentación Colegio San Marcos