



Una alimentación  
saludable

# menú semanal



COLEGIO SAN MARCOS DEL 04 al 08 DE AGOSTO

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

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	*
<b>ENTRADA</b>	CHOCLO - LECHUGA	PEPINO - BETARRAGA	ENSALADA CHILENA	REPOLLO - ZANAHORIA	APIO - LECHUGA	
<b>PLATO DE FONDO</b>	ALBÓNDIGAS DE PAVO ATOMATADAS CON MOSTACCIOLIS	LENTEJAS CON ZAPALLO/ POROTOS PILCO	PASTEL DE PAPA	SUPREMA A LA MOSTAZA CON ARROZ ÁRABE	ESTOFADO DE VACUNO	
<b>POSTRE</b>	MERENGÓN DE FRUTILLA JALEA FRUTA NATURAL	CREPES CON MANJAR MACEDONIA FRUTA NATURAL	SÉMOLA CON LECHE COMPOTA DE FRUTA FRUTA NATURAL	YOGURT CON CEREAL BAVAROISE FRUTA NATURAL	BISCOCHO PASTELERO FRUTA NATURAL	
<b>APORTE CALÓRICO PLATO DE FONDO</b>	387 Kcal	430/420 Kcal	370 Kcal	400 Kcal	390 Kcal	

Menú incluye pan, jugo y consomé

Mariela Guzmán V.

Nutricionista – Central de alimentación Colegio San Marcos