

SEMANA 15 AL 19 DE AGOSTO

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
ENTRADA COMÚN		CHOCLO - REPOLLO	LECHUGA - TOMATE	TOMATE - PEPINO	ENSALADA MIXTA
PLATO DE FONDO COMÚN		TRUTO DE POLLO ASADO CON PURÉ DE PAPA	HAMBURGUESA DE VACUNO LA CRIANZA AL HORNO CON ESPIRALES	PESCADO FRITO CON ARROZ GRANEADO	TOMATICÁN CON PAPAS FRITAS
POSTRES		<ul style="list-style-type: none"> • COMPOTA DE FRUTA • ARROZ CON LECHE • FRUTA NATURAL 	<ul style="list-style-type: none"> • JALEA DE NARANJA • PANQUEQUES • FRUTA NATURAL 	<ul style="list-style-type: none"> • MERENGÓN • FLAN DE LECHE • FRUTA NATURAL 	<ul style="list-style-type: none"> • MIX DE FRUTAS
HIPOCALÓRICO		TRUTO DE POLLO ASADO CON ENSALADA DE CHOCLO, REPOLLO Y ZANAHORIA	PALTA RELLENA CON ENSALADA RUSA, LECHUGA Y TOMATE	PESCADO AL HORNO CON ENSALADA DE TOMATE, PEPINO Y BETARRAGA	SIN ALTERNATIVA
APORTE CALÓRICO		COMÚN: 530 Kcal HIPOCALÓRICO: 362 Kcal	COMÚN: 409 Kcal HIPOCALÓRICO: 330 Kcal	COMÚN: 451 Kcal HIPOCALÓRICO: 217 Kcal	COMÚN: 312 Kcal
PLATO DE FONDO					

*Por circunstancias excepcionales, el presente menú podrá verse variado de manera ocasional y siempre pensando en el bien físico y emocional del servicio del comedor.

Mariela Guzmán V.

Nutricionista – Central de alimentación Colegio San Marcos