

MENÚ OCTUBRE

	LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
Sopa	Sopa de cebada	Crema de espinaca	Sopa campesina	Crema de lentejas	
Opción 1	Carne a la plancha	Pollo al vino	Chile con carne	Pollo en salsa de champiñones	<i>Panini</i> de carne
Opción 2 (vegetariano)	Frijoles negros	Lasaña de verduras	Chile con champiñones	Ceviche de palmitos y maní	<i>Panini</i> vegetariano
Menú dietas	Pollo a la plancha	Carne a la plancha	Pollo al horno	Carne a la plancha	Atún
Carbohidratos	Torta de macarrones	Arroz con perejil	Arroz y nachos	Puré de papa	Papas a la francesa
Jugo	Jugo de lulo	Jugo de mango	Jugo de maracuyá	Limonada	Jugo de ciruela
Fruta	Uva	Papaya	Melón	Pera	Sandía
Postre	<i>Pie</i> de limón	Obleas	Gelatina	Postre de maracuyá	Fresas con chocolate

	LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Sopa	SEMANA DE RECESO				
Opción 1					
Opción 2 (vegetariano)					
Menú dietas					
Carbohidratos					
Jugo					
Fruta					
Postre					

	LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Sopa	Festivo	Crema de verduras	Crema de puerro	Sopa mexicana	
Opción 1		Arroz a la valenciana	Lasaña con carne	Pollo desmechado	Alitas B.B.Q.
Opción 2 (vegetariano)		Arroz a la valenciana vegetariano	<i>Rossini</i> con verduras	Sopa mexicana vegetariana	Guiso de caraotas
Menú dietas		Pollo al horno	Atún	Atún	Carne a la plancha
Carbohidratos		<i>Chips</i> de arracacha	Pan	Totopos	Papas fritas
Jugo		Jugo de lulo	Jugo de piña	Jugo de naranja piña	Té
Fruta		Banano	Mango	Melón	Durazno
Postre	<i>S'more</i>	Postre de manzana	Chocodisk	<i>Brownie</i>	

	LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Sopa	Sopa de arroz	N. A.	Sopa de patacón	Sopa de avena	
Opción 1	Lomo saltado	Ajiaco con pollo	Cerdo <i>hawaiano</i>	<i>Cordon bleu</i>	Hamburguesa de salmón
Opción 2 (vegetariano)	Brócoli saltado	Ajiaco vegetariano	<i>Wrap</i> vegetariano	<i>Bowl</i> vegetariano	Hamburguesa de lentejas
Menú dietas	Pollo al horno	Carne a la plancha	Pollo a la plancha	Carne a la plancha	Pollo a la plancha
Carbohidratos	Papa al horno	Pan	Arroz con perejil	Puré de papa	Papas a la francesa
Jugo	Jugo de maracuyá	Jugo de naranja	Jugo de mora	Jugo de frutos rojos	Jugo de mandarina
Fruta	Mandarina	Banano	Manzana	Papaya	Uva
Postre	<i>Mini muffin</i>	Esponjado de curuba	Galleta Jet Wafer	Flan de vainilla	Quimbaya

Ensalada del día

- En las bebidas se da opción de consumir: té de limón / durazno, jugo sin azúcar, agua o leche deslactosada.
- Todos los jugos ofrecidos en el menú son elaborados con pulpa de fruta natural.
- A los menús de dieta se les ofrece porción de fruta de temporada, galletas multicereal, barra de cereal con proteína, queso, bebidas sin azúcar.

REFRIGERIO PREESCOLAR

	LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
A.M.	Crema de mora con corazón de hojaldre	Arepa de queso con milo	Jugo de mango con mini croissant de queso	Empanada de carne con limonada.	Salchipapa con jugo de mandarina
P.M.	Kumis y fresa	Queso con bocadillo	Banano con crema de leche	Helado con grajeas	
	LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
A.M.	SEMANA DE RECESO				
P.M.					
	LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
A.M.	FESTIVO	Sánduche de pollo con jugo de piña	Pastel de manzana con jugo de lulo	Mini palito de queso chocolate	Kibbeh con jugo de maracuyá
P.M.		Leche con cereal	Mandarina y banano	Yogur con galleta integral	
	LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
A.M.	Sánduche de jamón y queso con chocolate	Buñuelo con jugo de naranja piña	Quesadilla con jugo de mango	Muffin con jugo de piña	Torta de plátano con jugo de naranja
P.M.	Ensalada de frutas con queso	Yogur con banano	Gelatina de colores	Jugo de pera con rollito de jamón y queso	

- En las bebidas se da opción de consumir: té de limón / durazno, agua o leche deslactosada.
- Todos los jugos ofrecidos en el menú son elaborados con pulpa de fruta natural.
- A los menús de dieta se les ofrece porción de fruta de temporada, galletas multicereal, barra de cereal con proteína, queso, bebidas sin azúcar.