

# Minuta *Septiembre* 2021

Administradora  
**Daniela Agudelo**  
Tel: 256 47 54 / 310 414 08 52

E-mail:  
cresjvfem@gmail.com

Colegio:  
San José de las vegas  
Sede Medellín



*Nutrición que brinda*  
**Bienestar**



# Refrigerio

Semana	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1			Cascos de mandarina Almojábana Bebida chocolatada	Mix de frutos rojos Mini pizza hawaina Jugo de mango	Bastones de mango Sándwich de jamón y queso Jugo de guayaba
2	Cubos de piña Arepas de chόcolo con quesito Bebida de vainilla	Triángulos de sandía Empanada de carne Jugo de frutos rojos	Cascos de manzana verde Pastel hawaiano Jugo de mango	Murrapo Mini wrap de pollo Jugo de uva	Fresas en lajas Croissant de chocolate Leche
3	Casco de pera Derretido de queso Jugo de guayaba	Cubos de mango Arepas de queso Bebida chocolatada	Fresas en lajas Pan salchicha Jugo de fresa	Manzana en lajas Pastel de pollo Jugo de mango	Granadilla Pandequeso Bebida de fresa
4	Triángulos de sandía Pepito con mini tostadas Jugo de mango	Cubos de piña oro miel Sándwich de pan bola con pollo Jugo de uva	Bastones de mango Pandebono Bebida chocolatada	Cascos de mandarina Arepas de yuca rellena de queso Jugo de frutos rojos	Uvas Momias de hojaldre Jugo de piña
5	Mix de frutos rojos Empanada de queso Bebida chocolatada	Cubos de melón Pancakes con queso y miel Jugo de piña	Bastones de pera Palito de queso horneado Jugo de fresa	Murrapo Tostadas francesas con nutella Leche	

Alimentamos nuestros niños hoy, pensando en el mañana

# Menú

Semana	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1			Torta de banana Res a la chimichurri Arroz blanco Puré de papa con salsa bechamel Ensalada Bebida	Cazuela de frijoles Carne desmechada, chicharrón y chorizo Arroz blanco Maduro en cubitos Ensalada Bebida	Crema de zanahoria Carne a la bolognesa Pastas al burro Pan bola Ensalada Bebida
2	Sopa minestrone Goulash de cerdo Arroz con cabello de ángel Croquetas de yuca Ensalada Bebida	Ajiaco Pollo desmechado Arroz blanco Banano, mazorca, alcaparra y crema de leche Ensalada Bebida	Torta de ahuyama Fajitas de cerdo Arroz con maicitos Torta de chócolo Ensalada Bebida	Frijoles Carne molida, chicharrón y huevo Arroz blanco Tajada de maduro Ensalada Bebida	Torta de coliflor Fajitas de pescado apanado Arroz blanco Papas a la francesa Ensalada Bebida <i>Día Internacional Inglaterra</i>
3	Sopa de hilos Bombones de pollo Arroz blanco Chips de yuca Ensalada Bebida	Sopa de lentejas Res al romero Arroz al perejil Torta de plátano Ensalada Bebida	Torta de espinaca Torta de carne a la BBQ Arroz con zanahoria Papas rústicas con paprika Ensalada Bebida	Cazuela de frijoles Carne desmechada, chicharrón y chorizo Arroz blanco Maduro en cubitos Ensalada Bebida	Crema de lechuga Pollo desmechado Pastas con queso Deditos horneados Ensalada Bebida
4	Sopa de guineo Cordón blue de cerdo Arroz con maicitos Minipatacon Ensalada Bebida	Ajiaco Pollo desmechado Arroz blanco Banano, mazorca, alcaparra y crema de leche Ensalada Bebida	Torta de banana Milanesa de pollo Arroz verde Tortica de banana Ensalada Bebida	Frijoles Carne molida, chicharrón y huevo Arroz blanco Tajada de maduro Ensalada Bebida	Crema de tomate Chuzo de pollo Arroz indonesio Chips de papa Ensalada Bebida
5	Sopa de habichuelas Costillas BBQ Arroz con zanahoria Chips de yuca Ensalada Bebida	Sopa de lentejas Res a la plancha Arroz blanco Arepuela Ensalada Bebida	Torta espinaca Cañón de cerdo en salsa de ciruelas Arroz con maicitos Papitas criollas Ensalada Bebida	Cazuela de frijoles Carne desmechada, chicharrón y chorizo Arroz blanco Maduro en cubitos Ensalada Bebida	

Alimentamos nuestros niños hoy, pensando en el mañana

# Menú Rápido

Semana	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1			<p>Brocheta de pollo</p> <p>Papas a la francesa y mazorca a la parrilla</p> <p>Ensalada</p> <p>Bebida</p>	<p>Costillas BBQ</p> <p>Chips de plátano verde con sour cream y papitas criollas con especias</p> <p>Ensalada</p> <p>Bebida</p>	<p>Milanesa de pollo</p> <p>Carimañola de queso y papas rizadas</p> <p>Ensalada</p> <p>Bebida</p>
2	<p>Alitas pollo</p> <p>Molde de maicitos y plátano al horno con mantequilla</p> <p>Ensalada</p> <p>Bebida</p>	<p>Cerdo a la parrilla</p> <p>Chips de yuca y papa al vapor con salsa tártara</p> <p>Ensalada</p> <p>Bebida</p>	<p>Res a la chimichurri</p> <p>Croquetas de papa y aborrajado</p> <p>Ensalada</p> <p>Bebida</p>	<p>Cerdo a la BBQ</p> <p>Arepuela y papas rústicas con paprika</p> <p>Ensalada</p> <p>Bebida</p>	<p>Chuzo de pollo</p> <p>Nachos con guacamole y aros de cebolla</p> <p>Ensalada</p> <p>Bebida</p>
3	<p>Res a la chimichurri</p> <p>Patacón con hogao y/o guacamole y papas americanas</p> <p>Ensalada</p> <p>Bebida</p>	<p>Nuggets de pollo</p> <p>Dedos de yuca al horno y papas criollas</p> <p>Ensalada</p> <p>Bebida</p>	<p>Picada de carnes</p> <p>Mazorca a la parrilla y arepa redonda asada</p> <p>Ensalada</p> <p>Bebida</p>	<p>Alitas de pollo en miel mostaza</p> <p>Chips de plátano y molde de maicitos</p> <p>Ensalada</p> <p>Bebida</p>	<p>Res a la parrilla</p> <p>Arepa asada con hogao y monedas de guineo</p> <p>Ensalada</p> <p>Bebida</p>
4	<p>Nuggets de pollo</p> <p>Nachos con salsa cheddar y cascós de papa</p> <p>Ensalada</p> <p>Bebida</p>	<p>Costillas BBQ</p> <p>Aros de cebolla y aborrajado</p> <p>Ensalada</p> <p>Bebida</p>	<p>Res a la chimichurri</p> <p>Carimañola de queso y papas gratinadas</p> <p>Ensalada</p> <p>Bebida</p>	<p>Filete de pollo a la plancha</p> <p>Papas a la francesa y dedos de yuca al horno</p> <p>Ensalada</p> <p>Bebida</p>	<p>Cerdo a la parrilla</p> <p>Patacón con guacamole y papas americanas</p> <p>Ensalada</p> <p>Bebida</p>
5	<p>Chuzo de pollo</p> <p>Mazorca a la parrilla y chips de plátano verde con sour cream</p> <p>Ensalada</p> <p>Bebida</p>	<p>Cerdo a la parrilla</p> <p>Dedos de yuca al horno y arepuela</p> <p>Ensalada</p> <p>Bebida</p>	<p>Picada de carnes</p> <p>Patacón con hogao y arepa redonda asada</p> <p>Ensalada</p> <p>Bebida</p>	<p>Milanesa de pollo</p> <p>Papas americanas y chips de yuca</p> <p>Ensalada</p> <p>Bebida</p>	

**Alimentamos nuestros niños hoy, pensando en el mañana**