

Minuta
Noviembre
2021
Preescolar

Administradora
Evelyn García Marín
Tel: 334 51 60 / 316 447 86 23

E-mail:
cresjvm@gmail.com

Colegio:
San José de las Vegas
Sede El Escobero



Nutrición que brinda
Bienestar



Lonchera Saludable

Semana	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1	<i>Festivo</i>	Cubos de papaya Sandwich en Triangulo con lechuga, tomate y queso Jugo de naranja	Bastones de pera Almojabana Bebida chocolatada	Cascos de manzana verde Granola Yogurt	Lajas de mango Wrap de pollo con lechuga Jugo de mora
2	Monedas de banano Arepa de chocolate con quesito Bebida de Chocolate Caliente	Cubos de piña oro miel Derretido de queso (con queso cheddar) Jugo de uva	Uvas Omelette de maicitos y champiñones Infusión de cáscara de piña con hierbabuena o menta (sin azúcar)	Cascos de mandarina Pastelito de pollo Jugo de mora	Triangulos de sandia Arepa de yuca con queso Jugo de mandarina
3	<i>Festivo</i>	Triangulos de papaya Arepa de queso Jugo de naranja	Estrellas de carambolo Empanaditas horneadas de carne y papa Bebida de fresa	Mix de manzana Sandwich de pan bola con pollo Jugo de mango	Murrapo Omelette de espinaca y tomate Bebida de vainilla
4	Cascos de naranja Empanada de queso horneada Limonada	Lajas de manzana roja Sandwich en pan leche con lechuga, jamón de pollo y queso Cocoa en leche	Cascos de durazno Pancakes con queso y miel Sorbete de fresa	Cubs de piña oro miel Sandwich de pan bola con atún y lechuga Jugo de mandarina	Mix de frutos rojos Granola Kumis
5	Cubos de papaya Granola Yogur	Mix de frutos rojos Wrap con lechuga, bolognesa y queso Jugo de piña			

Alimentamos nuestros niños hoy, pensando en el mañana

Menú Infantil

Semana	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1	<i>Festivo</i>	Ajiaco Pollo desmechado Arroz blanco Banano y mazorca. lechua con aguacate en cubos Jugo	Aumentar en la ensalada la porción con zanahoria Res desmechada Arroz blanco Bastones de brocoli con queso Pepino y fresa Jugo	Fríjoles Carne molida, chicharrón y huevo Arroz blanco Tajada de maduro Ensalada campesina Jugo	Crema de cebolla Carne bolognesa pastas al burro Croissant Zanahoria en cubos y habichuelas [ensalada cocida] con ajonjolí Jugo
2	Crema de champiñones Torta de pollo (horneado) Arroz blanco Tortilla de zanahoria Tomates cherry y brócoli Jugo	Sopa campesina Fajitas de pollo crispy Arroz blanco Puré de coliflor gratinado Mix de tomate Jugo	Torta de ahuyama Costillitas BBQ Arroz blanco Lasaña de brócoli con champiñones Zanahoria y zuchinni verde Jugo	Cazuela de fríjoles Carne desmechada, chicharrón y chorizo. Arroz blanco Madurito en cubos Ensalada campesina Jugo	 Sopa de queso Posta cartagenera desmechada Arroz blanco Patacón Tomate y cebolla Patillazo Día Gastro-Cultural: Pacífico Colombiano
3	<i>Festivo</i>	Ajiaco Pollo desmechado Arroz blanco Banano y mazorca. Lechuga con aguacate en cubos Jugo	Mandarina fruta en cascos Alitas de pollo a la BBQ Arroz blanco Berenjenas horneadas Tomate cherry y coliflor Jugo	Fríjoles Carne molida, chicharrón y huevo Arroz blanco Tajada de maduro Ensalada campesina Jugo	Crema de espinacas Pollo desmechado Pastas con queso Pan bola Zanahoria y apio en bastones Jugo
4	Crema de verduras Croquetas de atún Arroz blanco Champiñones al ajillo Ensalada tipo frisby Jugo	Sopa de garbanzos Rollo de res con verduras Arroz blanco Aros de cebolla Lechuga y piña asada con semillas de chia Jugo	Banano en rodajas Fajitas de pollo Arroz blanco Tortica de lentejas Habichuelas y tomate rojo en cubos Jugo	Cazuela de fríjoles Carne desmechada, chicharrón y chorizo. Arroz blanco Madurito en cubos Ensalada campesina Jugo	Sopa minestrone Fajitas de pollo crispy Arroz blanco Chips de plátano Repollo morado con pepino Jugo
5	Crema de brócoli Cerdo a la jardinera. Arroz blanco Tomates parmesanos. Lechuga con mango Jugo	Ajiaco Pollo desmechado Arroz blanco Banano y mazorca. Lechuga con aguacate en cubos Jugo			

Alimentamos nuestros niños hoy, pensando en el mañana