

Minuta 2023 *Septiembre* *Preescolar*

Colegio:
San José de las Vegas
Preescolar Sede Medellín
Tel:
32156 43 / 311643 26 15
E-mail:
cresjvpresc@gmail.com

Nutrición
que brinda
Bienestar



Lonchera

Semana	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1					01 Mandarina Croisant de chocolate Leche
2	04 Uvas en mitades Palito de queso horneado Jugo tropical	05 Brocheta de mix de frutas Mini sandwich de jamón y queso Bebida de mango	06 Sandia en cuadros Arepa de chocolate con quesito Bebida achocolatada	07 Fresas en lajas Buñuelitos Bebida de vainilla	08 Manzana verde tajada Tostada francesa con figura de queso Jugo de mora
3	11 Pera en lunas Empanada de papa y carne Jugo de frutos rojos	12 Murrapo Hojuelas de cereal Yogurt	13 Cascos de naranja Mini perrito Jugo de uva	14 Manzana en lajas Gelatina Roja + galletas de soda Sorbete de mango	15 Fresas en mitades Pancake con nutella Yogurt de melocotón
4	18 Triangulos de sandía Papita rellena Jugo de guayaba	19 Papaya con fresa Mini pastel de pollo Jugo de mora	20 Manzana roja tajada Galletas ducales + queso Sorbete de vainilla	21 Mix de frutas Buñuelito Bebida achocolatada	22 Fresas en mitades Waffles con miel y queso troquelado Jugo de mango
5	25 Mix de manzana Tortica de Banano Sorbete de fresa	26 Paleta de sandía Derretido de queso Jugo de mango	27 Mandarina Pastel de queso yogurt de mora	28 Mango en cuadros Pulpos de sanchicha chips de papa Jugo de fresa	29 Mix de Frutos rojos Sandwich de Pan bola con queso Jugo tropical

Alimentamos nuestros niños hoy, pensando en el mañana

Menú Infantil

Semana	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1					01 Sopa de vegetales Tortas de carne Arroz blanco Arepa Redonda Lechuga + fresas Bebida
2	04 Crema de ahuyama Fajitas de Cerdo Arroz blanco Plátano maduro asado Ensalada de tomates Bebida	05 Ajiaco Pollo desmechado Arroz blanco Banano, mazorca, alcaparra Ensalada de aguacate con lechuga Bebida	06 Pizza (hawaiana) Zanahoria rayada Bebida	07 Fríjoles Carne molida, huevo, chicharrón Arroz blanco Tajada de maduro Ensalada campesina Bebida	08 Fajitas de Res Arroz blanco Arepuela Lechuga + mango Bebida
3	11 Sopa de Guineo Pollo Crispy Arroz blanco Torta de Zanahoria Zanahoria y lechuga Bebida	12 Sopa de tortilla Brochetas de res Arroz blanco Papas a la francesa Mango y zanahoria Bebida	13 Chuleta de Cerdo Arroz blanco Patacón de maduro Mix de tomate Bebida	14 Fríjoles Carne molida, huevo, chicharrón- maicitos y hogao Arroz blanco Maduro en cubitos Ensalada campesina Bebida	15 Sopa de garbanzos Chuzo de pollo Arroz blanco Chips de yuca Repollo + piña Bebida
4	18 Sopa de letras Fajitas de Cerdo Arroz blanco Cascos de papa Lechuga + tomate cherry + maicitos Bebida	19 Ajiaco Pollo desmechado Arroz blanco Banano, mazorca, Ensalada de lechuga con aguacate Bebida	20 Fajitas de Pollo a la plancha Arroz blanco Papa criolla al horno Tomate verde en medialuna + zanahoria Bebida	21 Fríjoles Carne molida, huevo, chicharrón Arroz blanco Tajada de maduro Ensalada campesina Bebida	22 Crema de verduras Pasta larga o corta Mini croisant Zanahoria + lechuga Bebida
5	25 Sopa de lentejas Fajitas Res a la plancha Arroz blanco Deditos de yuca Pepino en cuadros + lechuga + mango Bebida	26 Sopa de hilos Fajitas de cerdo Arroz blanco Chips de plátano Fresa + piña Bebida	27 Fajitas de res Arroz blanco Papa al vapor con mantequilla Tomate + zanahoria Bebida	28 Fríjoles Carne molida, huevo, chicharrón- maicitos y hogao Arroz blanco Maduro en cubitos Ensalada campesina Bebida	29 Crema de zanahoria Fajitas de Pollo a las finas hierbas Arroz blanco Chips de papa Lechuga + zanahoria + manzana Bebida

Alimentamos nuestros niños hoy, pensando en el mañana