

MENÚ JUNAEB

JULIO 2018

COLEGIO MARÍA REINA INMACULADA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM
						1
2	3	4	5	6	7	8
	DESAYUNO: YOGURT SABOR VAINILLA CEREAL. ALMUERZO: ARROZ PRIMAVERA CON CHURRASCO ENSALADA DE COLIFLOR Y ZANAHORIA PERA.	DESAYUNO: LECHE SABOR CHOCOLATE PAN CON QUESO. ALMUERZO: LENTEJAS GUIADAS Y HUEVO ENSALADA DE TOMATE MANZANA.	DESAYUNO: LECHE SABOR VAINILLA PAN INTEGRAL CON PALTA. ALMUERZO: ESPIRALES EN SALSA CON HUEVO REVUELTO YOGURT CON PLÁTANO.	DESAYUNO: LECHE SABOR CHOCOLATE PAN CON HUEVO. ALMUERZO: PURÉ DE PAPAS CON TRUTRO ASADO BAVAROISE CON SALSA DE FRUTA.		
9	10	11	12	13	14	15
DESAYUNO: YOGURT SABOR DAMASCO GRANOLA CON FRUTOS SECOS. ALMUERZO: ARROZ PRIMAVERA CON FILETE DE PESCADO AL HORNO ENSALADA RUSA ATÚN MANZANA.	DESAYUNO: LECHE SABOR VAINILLA PAN CON MERMELADA. ALMUERZO: CARBONADA DE VACUNO ENSALADA DE BETARRAGA CEBOLLA PURÉ DE PERA.	DESAYUNO: LECHE SABOR CHOCOLATE PAN INTEGRAL CON HUEVO. ALMUERZO: PURÉ DE PAPAS CON CERDO ARVEJADO PERA.	DESAYUNO: LECHE SABOR VAINILLA PAN CON MARGARINA. ALMUERZO: POROTOS CON TALLARINES Y CARNE JALEA CON MANZANA.	DESAYUNO: LECHE SABOR CHOCOLATE CEREAL. ALMUERZO: ARROZ GRANEADO CON BUDIN DE VERDURAS MIXTAS ENSALADA DE PAPAS CON CEBOLLA LECHE ASADA CON SALSA DE FRUTA.		
16	17	18	19	20	21	22
	DESAYUNO: YOGURT SABOR VAINILLA BARRA DE CEREAL. ALMUERZO: ARROZ GRANEADO CON CROQUETA DE JUREL ENSALADA DE BETARRAGA CON CEBOLLA Y HUEVO PERA.	DESAYUNO: LECHE SABOR CHOCOLATE PAN CON QUESO. ALMUERZO: LENTEJAS GUIADAS Y HUEVO ENSALADA DE PEPINO MANZANA.	DESAYUNO: LECHE SABOR VAINILLA PAN INTEGRAL CON PALTA. ALMUERZO: CHARQUICÁN DE VERDURAS CON HUEVO ENSALADA DE APIO Y ACEITUNAS SEMOLA CON LECHE O PLÁTANO.	DESAYUNO: LECHE SABOR CHOCOLATE PAN CON MANJAR. ALMUERZO: CORBATITAS CON FILETILLO AL JUGO PERA.		
23	24	25	26	27	28	29
DESAYUNO: LECHE SABOR CHOCOLATE CEREAL. ALMUERZO: ARROZ GRANEADO CON BUDÍN DE JUREL BAVAROIS CON SALSA DE FRUTA.	DESAYUNO: LECHE SABOR VAINILLA PAN INTEGRAL CON PECHUGA DE PAVO. ALMUERZO: CHARQUICÁN DE VERDURAS CON HUEVO ENSALADA DE PEPINO LECHE ASADA O FRUTA EN CONSERVA.	DESAYUNO: LECHE SABOR CHOCOLATE PAN CON HUEVO. ALMUERZO: POROTOS CON TALLARINES Y CARNE ENSALADA DE TOMATES MANZANA.	DESAYUNO: LECHE SABOR VAINILLA PAN CON PALTA. ALMUERZO: ESPIRALES CON VACUNO EN SALSA YOGURT CON PLÁTANO.	DESAYUNO: LECHE SABOR CHOCOLATE PAN CON QUESO LAMINADO. ALMUERZO: PURÉ DE PAPAS CON TRUTRO ASADO ENSALADA DE BETARRAGA CON CEBOLLA FRUTA EN CONSERVA.		
30	31					
DESAYUNO: YOGURT SABOR VAINILLA GRANOLA CON FRUTOS SECOS. ALMUERZO: QUIFAROS CON CHURRASCO ENSALADA DE TOMATE CON QUESO LECHE ASADA O FRUTA EN CONSERVA.	DESAYUNO: LECHE SABOR CHOCOLATE PAN INTEGRAL CON MARGARINA. ALMUERZO: ARROZ GRANEADO CON BUDÍN DE ATÚN PERA.					



contrapeso
PLAN CONTRA LA OBESIDAD ESTUDIANTIL DE JUNAEB