



MENÚ ALMUERZO

AÑO 2022

SEMANA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMERA	Crema de ahuyama Arroz Tajada de maduro Nugett de pollo Ensalada jugo	Lentejas Arroz Tajadas de papa Torta de carne Ensalada jugo	Sopa de verduras Arroz Croqueta de brócoli Muslitos de pollo Ensalada jugo	Frijoles Arroz Pataconitos Carne molida Ensalada jugo	Crema de espinaca Arroz Croqueta de yuca albondiguitas Ensalada jugo
SEGUNDA	Ajiaco Arroz Aguacate jugo	Sopa de plátano Arroz Papita criolla al vapor Cubitos de pescado Ensalada jugo	Sopa de cabello de ángel Arroz Torta de mango coliflor y avena Bombones de pollo apanados Ensalada jugo	Frijoles rancheros Arroz Moneditas de plátano Ensalada jugo	crema de avena Arroz Torta de coliflor Carne molida Ensalada Jugo
TERCERA	Crema de zanahoria Arroz Papita criolla Pollo desmechado Ensalada jugo	Sopa de letras Arroz Tajada de maduro Torta de carne Ensalada jugo	Sopa de guineo Arroz Torta de garbanzo Carne molida Ensalada jugo	Frijoles Chicharrón o carne molida Arroz Tajada de maduro Ensalada jugo	Sopa de arracacha Deditos de pescado Arroz Tajaditas de papa Ensalada jugo
CUARTA	Consomé de pollo con papa Croqueta de yuca Arroz con pollo Ensalada jugo	Lentejas Arroz Papas a la francesa Croqueta de atún Ensalada jugo	Sopa de verduras Arroz cubitos de maduro Torta de carne Ensalada jugo	Frijoles Arroz Moneditas de plátano Chicharrón o carne molida Ensalada jugo	Crema de zanahoria Arroz Torta de lenteja Pescado en cubitos Ensalada jugo
QUINTA	Crema de espinacas Arroz Tajada de maduro Torta de carne Ensalada jugo	Sopa de arracacha Arroz Tajada de papa Bombones de pollo Ensaladas jugo	Sopa de aritos Arroz Papa criolla Carne molida Ensalada jugo	Frijoles rancheros Arroz Pataconitos Ensalada jugo	Crema de guineo Arroz Tajada de maduro Pollo desmechado Ensalada jugo

MENÚ LONCHERA



Un día en el preescolar exige mucho: los niños –as necesitan tener energía, estar con la mente despierta y sentirse tranquilos para poder hacer frente a todo lo que tienen que aprender y las situaciones que deben resolver en el día. Para lograrlo, su lonchera debe contener alimentos ricos, nutritivos y cómodos de comer. Al igual es importante crearle al niño-a hábitos alimenticios que los orienten a tener conductas positivas frente la alimentación, por tal motivo ofrecemos nuestro servicio de loncheras.

Este consiste en un grupo de alimentos con la cantidad de nutrientes y calorías que su hijo-a necesitan, teniendo en cuenta el sabor y tipo de alimentos que a ellos les gusta consumir.

Este servicio les garantiza que los alimentos estén frescos y calientes.

El costo por mes es de \$ 150.000 , se paga los cinco primeros días del mes en efectivo. El dinero debe ser enviado al preescolar y se les enviará el recibo de pago.

Los niños-as que ingresen al menú, para la actividad del día mágico, realizado cada mes, no tienen que enviar el dinero, este está incluido.

SE INICIA A PARTIR DEL MES DE FEBRERO

DIA	LIQUIDO	HARINA	FRUTA
SEMANA 1			
lunes	Jugo de mango	Palito de queso	Flores de uva roja
martes	Jugo de lulo	Arepa con huevo	Lajitas de manzana
miércoles	Yogurt	cereal	Rodajitas de banano
jueves	guayaba	Pankey de avena	Casquitos de mandarina
viernes	Jugo de mora	Empanadita de plátano y queso	Casquitos mango
SEMANA 2			
lunes	Jugo de piña	Nuggets con arepita	Cubitos de manzana
martes	Jugo maracuyá	Galletas con mermeladas	granadilla
miércoles	Jugo de mango	Tostadas con queso	Fresas
jueves	yogurt	cereal	banano
viernes	Jugo de tomate de árbol	gelatina	Fruta picada
SEMANA 3			
lunes	Milo	Arepitas con queso	Uvas rojas en medialuna
martes	Jugo de mora	Sushi de queso jamón	Manzana en lajitas
miércoles	yogurt	Cereal	pera
jueves	Jugo de guayaba	Croissant con queso crema	Fresas en casquitos
viernes	Jugo de piña	Torta de mango y zanahoria	Mango en cubitos
SEMANA 4			
lunes	Jugo de mora	pankey	Banano
martes	Jugo de mango	Hamburguesa de lentejas	Pera
miércoles	Jugo de guayaba	Pincho de queso y jamón	Casquitos de fresa
jueves	milo	buñuelo	Mandarina
viernes	yogurt	cereal	Fruta picada
SEMANA 5			
lunes	Jugo de lulo	Salchipapa	Mango
martes	Leche	Galletas chocolate	Granadilla
miércoles	Jugo de piña	Pastel	Uva
jueves	Jugo de mango	Buñuelo	guayaba
viernes	Jugo de mora	Maicitos	manzana

INSCRIPCIÓN MENÚ

NOMBRE DEL NIÑO-A: _____
 GRADO QUE CURSA: _____
 JORNADA: _____ DOCENTE: _____
 FIRMA DE LOS PADRES _____

AÑO 2022