



**PROGRAMACIÓN DE MENÙS**

**ESTIMADO ESTUDIANTE, LA DIRECCIÓN DE BIENESTAR DA A CONOCER LA PROGRAMACIÓN DE MENÙ DEL 01 AL 06 DE JULIO DEL 2024**

DESCRIPCIÓN	LUNES 01	MARTES 02	MIÉRCOLES 03	JUEVES 04	VIERNES 05	SÁBADO 06
<b>D E S A Y U N O</b>	AVENA JUGO DE PIÑA PAN C/ QUESO FRESCO PAN C/ CAMOTE FRITO	CHOCOLATADA JUGO MIXTO PAN C/ POLLO C/ APIO PAN C/ MERMELADA	AVENA C/ QUINUA LECHE C/ COCOA PAN C/ HUEVO FRITO PAN C/ MANTEQUILLA	SOYA JUGO DE PIÑA PAN C/ TORTILLA DE VERDURAS	AVENA C/ QUINUA LECHE C/ CAFÈ PAN C/ PESCADO FRITO	QUINUA JUGO DE DURAZNO PAN C/ QUESO FRESCO
<b>VALOR NUTRICIONAL</b>	480,7 KCAL 16,29 G PROTEINAS 13,7 G LÍPIDOS 79,77 G. CARBOHIDRATOS	500,2 KCAL 20,0 G PROTEINAS 16,0 G LÍPIDOS 79,77 G. CARBOHIDRATOS	512 KCAL 24,02 G PROTEINAS 15,4 G LÍPIDOS 89,0 G. CARBOHIDRATOS	497 KCAL 18,05 G PROTEINAS 17,32 G LÍPIDOS 87,42 G. CARBOHIDRATOS	512 KCAL 18,0 G PROTEINAS 17,8 G LÍPIDOS 89,0 G. CARBOHIDRATOS	485 KCAL 17,0 G PROTEINAS 15, G LÍPIDOS 80,0 G. CARBOHIDRATOS
<b>ALMUERZO</b>	CHUPE DE PESCADO	PAPA C/ CREMA HUANCAINA	CALDO DE POLLO	SANCOCHADO	ENSALADA MIXTA	HUEVOS EN SALSA E ROCOTO
	JALEA DE PESCADO C/ YUCA	ARROZ C/ POLLO C/ SARSA CRIOLLA	GUIZO DE TRIGO C/ QUESO FRESCO	PAPA RELLENA C/ ARROZ C/ SARSA CRIOLLA	FRIJOLES C/ SECO DE POLLO	LOMITO DE ATÙN C/ PAPAS FRITAS
	FRUTA	PIÑA AL ALMIBAR	FRUTA	MAZAMORRA DE GELATINA	FRUTA	FRUTA
	MANZANA	CHICHA MORADA	INFUSIÓN	INFUSIÓN	MEMBRILLO	PIÑA
<b>VALOR NUTRICIONAL</b>	1,150.05 KCAL 48,6 G PROTEINAS 40,1 G LÍPIDOS 160,0 G. CARBOHIDRATOS	1,205 KCAL 55,8 G PROTEINAS 35,0 G LÍPIDOS 170,7 G. CARBOHIDRATOS	1,180 KCAL 59,8 G PROTEINAS 45,8 G LÍPIDOS 170,5 G. CARBOHIDRATOS	1,120 KCAL 52,2 G PROTEINAS 45,0 G LÍPIDOS 160,8 G. CARBOHIDRATOS	1,210 KCAL 57,8 G PROTEINAS 41,7 G LÍPIDOS 159,7 G. CARBOHIDRATOS	1,170 KCAL 56,3 G PROTEINAS 41,7 G LÍPIDOS 159,7 G. CARBOHIDRATOS
<b>L O N C H E</b>	PAN C/ HUEVO SANCOCHADO PAN C/ MANJARBLANCO ARROZ C/ LECHE INFUSIÓN	PAN C/ QUESO FRESCO MAZAMORRA DE MORADA INFUSIÓN	PAN C/ TORTILLA DE VERDURAS MAZAMORRA DE CALABAZA INFUSIÓN	PAN C/ POLLO C/ APIO MAZAMORRA DE LIMÓN INFUSIÓN	PAN C/ HUEVO FRITO PAN C/ MANJARBLANCO MAZAMORRA DE GELATINA INFUSIÓN	
<b>VALOR NUTRICIONAL</b>	400,05 KCAL 17,76 G PROTEINAS 6,70 G LÍPIDOS 68,7 G. CARBOHIDRATOS	399 KCAL 19,2 G PROTEINAS 10,0 G LÍPIDOS 68,0 G. CARBOHIDRATOS	420 KCAL 16,5 G PROTEINAS 14,0 G LÍPIDOS 82,0. CARBOHIDRATOS	402 KCAL 16,7 G PROTEINAS 15,5 G LÍPIDOS 68,8 G. CARBOHIDRATOS	415 KCAL 17,7 G PROTEINAS 15,4 G LÍPIDOS 67,42 G. CARBOHIDRATOS	

**Mg. Inga A. Yaneth**