



PROGRAMACIÓN DE MENÙS

ESTIMADO ESTUDIANTE, LA DIRECCIÓN DE BIENESTAR DA A CONOCER LA PROGRAMACIÓN DE MENÙ DEL 15 AL 20 DE JULIO DEL 2024

DESCRIPCIÓN	LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19	SÁBADO 20
D E S A Y U N O	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/ CAMOTE FRITO	AVENA C/ QUINUA LECHE C/ CAFÈ PAN C/ PESCADO FRITO	QUINUA JUGO DE DURAZNO PAN C/ QUESO FRESCO
VALOR NUTRICIONAL	493,7 KCAL 16,3 G PROTEINAS 13,7 G LÍPIDOS 79,8 G. CARBOHIDRATOS	425,0 KCAL 28,4 G PROTEINAS 14,0 G LÍPIDOS 63,5 G. CARBOHIDRATOS	514,2 KCAL 13,6 G PROTEINAS 19,89 G LÍPIDOS 67,4 G. CARBOHIDRATOS	494,2 KCAL 19,3 G PROTEINAS 14,6 G LÍPIDOS 81,8 G. CARBOHIDRATOS	506,8 KCAL 33,0 G PROTEINAS 12,6 G LÍPIDOS 72,4 G. CARBOHIDRATOS	498,9 KCAL 18,9 G PROTEINAS 12,6 G LÍPIDOS 88,2 G. CARBOHIDRATOS
ALMUERZO	LENTEJITAS C/ PESCADO FRITO C/ SARSA CRIOLLA	CARAPULCRA C/ TALLARINES C/ POLLO	GUIZO DE QUINUA C/ QUESO FRESCO	PESCADO EN SALSAS BLANCA C/ ARROZ A LA JARDINERA	POLLO BROASTER C/ CAMOTE C/ PAPAS FRITAS	ARVERJITA C/ POLLO AL HORNO
	FRUTA	PIÑA	FRUTA	MAZAMORRA DE GELATINA	FRUTA	FRUTA
	CEBADA	EMOLIENTE	INFUSIÓN	INFUSIÓN	CHICHA MORADA	CEBADA C/ LIMÓN
VALOR NUTRICIONAL	946,7,0 KCAL 30,06 G PROTEINAS 30,0 G LÍPIDOS 165,0 G. CARBOHIDRATOS	970,05 KCAL 44,0 G PROTEINAS 38,0 G LÍPIDOS 165,0 G. CARBOHIDRATOS	972,8 KCAL 45,0 G PROTEINAS 37,0 G LÍPIDOS 168,5 G. CARBOHIDRATOS	975,0 KCAL 41,6G PROTEINAS 40,0 G LÍPIDOS 165,0 G. CARBOHIDRATOS	955,8 KCAL 42,08 G PROTEINAS 37,0 G LÍPIDOS 174,0 G. CARBOHIDRATOS	972,3 KCAL 38,7 G PROTEINAS 38,3 G LÍPIDOS 163,3 G. CARBOHIDRATOS
L O N C H E	PAN C/ HUEVO SANCOCHADO PAN C/ CAMOTE FRITO ARROZ C/ LECHE INFUSIÓN	PAN C/ QUESO FRESCO PAN CON MANJARBLANCO MAZAMORRA DE MORADA INFUSIÓN	PAN C/ TORTILLA DE VERDURAS PAN C/ MIEL MAZAMORRA DE CALABAZA INFUSIÓN	PAN C/ POLLO C/ APIO PAN C/ CAMOTE FRITO MAZAMORRA DE LIMÓN INFUSIÓN	ESTOFADO DE POLLO C/ PAPAS SANCOCHADA FRUTA INFUSIÓN	
VALOR NUTRICIONAL	400,05 KCAL 17,76 G PROTEINAS 11,70 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	701,9 KCAL 36,85 G PROTEINAS 24,8 G LÍPIDOS 101,8 G. CARBOHIDRATOS	

Mg. Inga A. Yaneth

DIRECCIÓN DE BIENESTAR UNIVERSITARIO

Villa El Salvador, 13 de julio del 2024