



**PROGRAMACIÓN DE MENÚS**  
**ESTIMADO ESTUDIANTE, LA DIRECCIÓN DE BIENESTAR DA A CONOCER LA PROGRAMACIÓN DE MENÚ DEL 07 AL 12 DE OCTUBRE 2024**

DESCRIPCIÓN	LUNES 07	MARTES 08	MIÉRCOLES 09	JUEVES 10	VIERNES 11	SÁBADO 12
DESAYUNO	FERIADO	FERIADO	AVENA C/ SIETE SEMILLAS JUGO DE PAPAYA PAN C/ HAMBURGUESA DE CARNE PAN C/ MERMELADA	AVENA JUGO DE MIXTO PAN CON QUESO FRESCO (2)	QUINUA JUGO NARANJA PAN C/ TORTILLA (02)	LECHE C/ CAFÉ PAPAYA PICADA PAN C/ POLLO C/ APIO (02)
VALOR NUTRICIONAL	FERIADO	FERIADO	489,3 KCAL 18,2 G PROTEINAS 11,2 G LÍPIDOS 85,5 G CARBOHIDRATOS	488,0 KCAL 16,0 G PROTEINAS 10,8 G LÍPIDOS 84,0 G CARBOHIDRATOS	479,7 KCAL 19,0 G PROTEINAS 11,3 G LÍPIDOS 83,0 G CARBOHIDRATOS	487,0 KCAL 18,2 G PROTEINAS 12,0 G LÍPIDOS 85,0 G CARBOHIDRATOS
ALMUERZO	FERIADO	FERIADO	ENSALADA TRICOLOR	SOPA DE CASA	CHUPE DE OLLUCOS	ENSALADA PRIMAVERAL
	FERIADO	FERIADO	ARVERJITA C/ PESCADO FRITO	CARAPULCRA C/ CERDO	PALLARES C/ POLLO AL HORNO	ARROZ CHAUFA DE MARISCOS
	FERIADO	FERIADO	MAZAMORRA DULCE	FRUTA	FRUTA	FRUTA
	FERIADO	FERIADO	MANZANA	CARAMBOLA	CHICHA MORADA	MARACUYA
VALOR NUTRICIONAL	FERIADO	FERIADO	1,010,0 KCAL 45,3 G PROTEINAS 38,1 G LÍPIDOS 158,0 G CARBOHIDRATOS	1,118,0 KCAL 42,6 G PROTEINAS 40,1 G LÍPIDOS 157,0 G CARBOHIDRATOS	1,150,0 KCAL 40,0 G PROTEINAS 35,0 G LÍPIDOS 154,0 G CARBOHIDRATOS	1,120,0 KCAL 41,0 G PROTEINAS 36,8 G LÍPIDOS 156,4 CARBOHIDRATOS
CENA	FERIADO	FERIADO	LENTEJITAS C/ FILETE DE POLLO ARROZ C/ LECHE CEBADA	LOCRO C/ POLLO AL HORNO  FRUTA INFUSIÓN	ARROZ CHAUFA DE POLLO FRUTA INFUSIÓN	
		FERIADO	700,0 KCAL 16,10 G PROTEINAS 8,70 G LÍPIDOS 81,0 G CARBOHIDRATOS	710,05 KCAL 18,6 G PROTEINAS 8,70 G LÍPIDOS 85,2 G CARBOHIDRATOS	701,05 KCAL 17,9 G PROTEINAS 10,70 G LÍPIDOS 85,6 G CARBOHIDRATOS	
VALOR NUTRICIONAL		FERIADO				

Mg. Yaneth Inga Abad  
NUTRICIONISTA  
C.N.P. 1782

Mg. Inga A. Yaneth

Villa El Salvador, 02 de octubre del 2024



Firmado digitalmente por:  
BALSECA SANCHEZ Filomena  
FAU 20502245032 hard  
Motivo: Doy V° B°  
Fecha: 08/10/2024 10:00:26-0500