



PROGRAMACIÓN DE MENÙS

ESTIMADO ESTUDIANTE, LA DIRECCIÓN DE BIENESTAR DA A CONOCER LA PROGRAMACIÓN DE MENÙ DEL 21 AL 26 DE OCTUBRE 2024

DESCRIPCIÓN	LUNES 21	MARTES 22	MIÈRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25	SÀBADO 26
DESAY UNO	AVENA C/ MACA JUGO DE PAPAYA PAN C/ HUEVO FRITO PAN C/ MERMELADA	SIETE SEMILLAS C/ LECHE JUGO DE MIXTO PAN CON QUESO MANTECOSO PAN C/ JAMONADA	QUINUA JUGO NARANJA PAN C/ ATÙN (02)	LECHE C/ CAFÈ PAPAYA PICADA PAN C/ CHORIZO REVUELTO C/ HUEVO (02)	CAFÈ JUGO DE APAYA PAN C/CHICHARRON DE CERDO PAN C/ CAMOTE	AVENA JUGO DE NARANJA PAN C/ HAMBURGUESA PAN C/ MERMELADA
VALOR NUTRICIONAL	489,3,0 KCAL 15,5 G PROTEINAS 10,0 G LÍPIDOS 87,0 G. CARBOHIDRATOS	487,2 KCAL 17,0 G PROTEINAS 10,8 G LÍPIDOS 84,0 G. CARBOHIDRATOS	481,7 KCAL 16,0 G PROTEINAS 11,3 G LÍPIDOS 87,5 G. CARBOHIDRATOS	487,0 KCAL 19,2 G PROTEINAS 12,0 G LÍPIDOS 86,0 G. CARBOHIDRATOS	489,0 KCAL 16,2 G PROTEINAS 12,0 G LÍPIDOS 86,0 G. CARBOHIDRATOS	481,0 KCAL 16,2 G PROTEINAS 11,0 G LÍPIDOS 85,0 G. CARBOHIDRATOS
ALMUERZO	PAPA C/ CREMA DE HUANCINA	SOPA DE SEMOLA	HUEVOS EN SALSAS GOLF	ENSALADA DE GARBANZOS	SOPA DE MORÒN	ENSALDA DE PALTA
	ARROZ CON POLLO C/ SARSA CRIOLLA	ARVERJITA C/ PESCADO FRITO	HAMBURGUESA C/ PAPA FRITAS C/ ENSALADA CHUCRUT.	TALLARINES ROJO C/. POLLO	AJIACO C/ PAVITA AL HORNO	MILANESA DE POLLO C/ PAPAS FRITAS
	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
	CHICHA MORADA	MARACUYA	CARAMBOLA	MANZANA	MARACUYA	NARANJADA
VALOR NUTRICIONAL	1,170,0 KCAL 41,4 G PROTEINAS 45,0 G LÍPIDOS 160,0 G. CARBOHIDRATOS	1,168,0 KCAL 40,6 G PROTEINAS 43,1 G LÍPIDOS 159,0 G. CARBOHIDRATOS	1,160 KCAL 35,0 G PROTEINAS 40,0 G LÍPIDOS 158,0 G. CARBOHIDRATOS	1,170,0 KCAL 40,8 G PROTEINAS 38,6 G LÍPIDOS 157,0 G. CARBOHIDRATOS	1,174,0 KCAL 42,7 G PROTEINAS 39,1 G LÍPIDOS 159,5 G. CARBOHIDRATOS	1,195,0 KCAL 41,0 G. PROTEINAS 40,8 G. LÍPIDOS 178,4 CARBOHIDRATOS
CENA	SALTADO DE POLLO C/ PAPAS FRITAS	ARROZ A LA CHICLAYANA C/ POLLO	TALLARINES C/ ATÙN FRUTA INFUSIÓN	LOCRO C/ FILETE DE POLLO FRUTA INFUSIÓN	CERDITO GRASEALO C/ CAMOTE FRUTA EMOLIENTE	
	FRUTA CEBADA	FRUTA INFUSIÓN				
VALOR NUTRICIONAL	718,0 KCAL 18,8 G PROTEINAS 10,20 G LÍPIDOS 85,2 G. CARBOHIDRATOS	715,5 KCAL 19,6 G PROTEINAS 8,70 G LÍPIDOS 87,2 G. CARBOHIDRATOS	702,05 KCAL 17,9 G PROTEINAS 10,70 G LÍPIDOS 85,8 G. CARBOHIDRATOS	709,5 KCAL 17,7 G PROTEINAS 8,70 G LÍPIDOS 85,2 G. CARBOHIDRATOS	732 KCAL 25,40 G PROTEINAS 10,92 G LÍPIDOS 88,4 G. CARBOHIDRATOS	

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

Mg. Inga A. Yaneth



Villa El Salvador, 18 de octubre del 2024