



PROGRAMACIÓN DE MENÚS

ESTIMADO ESTUDIANTE, LA DIRECCIÓN DE BIENESTAR DA A CONOCER LA PROGRAMACIÓN DE MENÚ DEL 04 AL 09 DE NOVIEMBRE 2024

DESCRIPCIÓN	LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08	SÁBADO 09
D E S A Y U N O	SOYA C/ LECHE JUGO DE PAPAYA PAN C/ FILETE DE POLLO (2)	AVENA JUGO DE MANGO PAN C/ TORREJITAS DE ESPINACA	MACA C/ LECHE FRUTA PAN C/ HUEVO FRITO PAN C/ MANJARBLANCO	SOYA C/ AVENA JUGO DE DURAZNO PAN C/ QUESO MANTECOSO (02)	SOYA FRUTA PAN C/ POLLO C/ DURAZNO	CAFÉ C/ LECHE JUGO DE NARANJA PAN C/PAVO C/ SARSA CRIOLLA (02)
VALOR NUTRICIONAL	183,2 KCAL 17,0 G PROTEINAS 11,0 G LÍPIDOS 38,0 G. CARBOHIDRATOS	179,0 KCAL 15,2 G PROTEINAS 12,0 G LÍPIDOS 36,0 G. CARBOHIDRATOS	178,2 KCAL 13,7 G PROTEINAS 11,3 G LÍPIDOS 37,5 G. CARBOHIDRATOS	182,0 KCAL 16,1 G PROTEINAS 12,0 G LÍPIDOS 36,0 G. CARBOHIDRATOS	177,2 KCAL 16,2 G PROTEINAS 11,1 G LÍPIDOS 37,3 G. CARBOHIDRATOS	183,0 KCAL 17,2 G PROTEINAS 11,0 G LÍPIDOS 37,2 G. CARBOHIDRATOS
ALMUERZO	SALPICON DE POLLO	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE SEMOLA	CALDO DE GALLINA	ENSALADA PRIMAVERAL	YUCA EN SALSA TARTARA
	PALLARES C/ SECO DE POLLO	GUIZO DE QUINUA C/ FILETE DE POLLO	FRIJOLES C/ HAMBURGUESA DE CARNE	PURE DE ESPINACA C/ PAVO AL HORNO	CARAPULCRA DE CERDO C/ TALLARÍN ROJO	ARROZ CHAUFA DE MARISCOS
	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
	EMOLIENTE	MANGO	CARAMBOLA	CHICHA MORADA	INFUSIÓN DE HIERBA LUISA	MARACUYA
VALOR NUTRICIONAL	1.182,0 KCAL 43,7 G PROTEINAS 40,2 G LÍPIDOS 158,5 G. CARBOHIDRATOS	1.176,0 KCAL 40,7 G PROTEINAS 39,1 G LÍPIDOS 160,5 G. CARBOHIDRATOS	1.173,0 KCAL 42,3 G PROTEINAS 40,5 G LÍPIDOS 157,0 G. CARBOHIDRATOS	1.180,0 KCAL 40,4 G PROTEINAS 38,6 G LÍPIDOS 156,6 G. CARBOHIDRATOS	1.176,0 KCAL 40,3 G PROTEINAS 39,6 G LÍPIDOS 160,6 G. CARBOHIDRATOS	1.197,0 KCAL 41,0 G. PROTEINAS 40,5 G LÍPIDOS 176,0 CARBOHIDRATOS
C E N A	POLLO AL SILLAO C/ CAMOTE FRUTA INFUSIÓN	HAMBURGUESA DE CARNE C/ ARROZ A LA JARDINERA C/ ENSALADA FRUTA EMOLIENTE	CAIGUA RELLENA DE POLLO C/ PAPA SANCOCHADA FRUTA INFUSIÓN	CHICHARRON DE CERDO C/ MOTE SANCOCHADO C/ SARSA CRIOLLA FRUTA EMOLIENTE	POLLO TIPO POLLADA C/ PAPA SANCOCHADA C/ ENSALADA FRUTA INFUSIÓN	
	VALOR NUTRICIONAL	703,1 KCAL 16,9 G PROTEINAS 10,9 G LÍPIDOS 35,8 G. CARBOHIDRATOS	723 KCAL 18,40 G PROTEINAS 10,82 G LÍPIDOS 37,4 G. CARBOHIDRATOS	731 KCAL 24,40 G PROTEINAS 10,82 G LÍPIDOS 126,4 G. CARBOHIDRATOS	725,5 KCAL 18,7 G PROTEINAS 11,25 G LÍPIDOS 37,2 G. CARBOHIDRATOS	710,5 KCAL 19,7 G PROTEINAS 11,70 G LÍPIDOS 36,3 G. CARBOHIDRATOS

Mg. Inga A. Yaneth

Villa El Salvador, 30 de octubre del 2024



Mg. Yaneth
NUTRICIONISTA
C.N.P. 1782