



PROGRAMACIÓN DE MENÚS

**ESTIMADO ESTUDIANTE, LA DIRECCIÓN DE BIENESTAR DA A CONOCER LA PROGRAMACIÓN DE MENÚS
DEL 02 AL 05 DE DICIEMBRE 2024**

DESCRIPCIÓN	LUNES 02	MARTES 03	MIÉRCOLES 04	JUEVES 05	VIERNES 06	SÁBADO 07
DESAYUNO	SIETE SEMILLAS LECHE PANC/ ATÚN (2)	SOYA C/ LECHE PAN C/ CHORIZO AHUMADO PAN C/ MERMELADA	KIWICHA C/ LECHE PAN C/ TORTILLA DE ESPINACA (2)	LECHE CAFÈ PAN C/ PAVO C/ SARSA CRIOLLA		
VALOR NUTRICIONAL	493,2 KCAL 17,0 G. PROTEÍNAS 11,0 G. LÍPIDOS 86,0 G CARBOHIDRATOS	42,0 KCAL 16,2 G. PROTEÍNAS 16,0 G. LÍPIDOS 88,0 G CARBOHIDRATOS	474,2 KCAL 15,7 G. PROTEÍNAS 11,3 G. LÍPIDOS 87,5 G CARBOHIDRATOS	481,0 KCAL 17,1 G. PROTEÍNAS 13,0 G. LÍPIDOS 85,0 G CARBOHIDRATOS		
ALMUERZO	PAPA A LA HUANCAINA	YUQUITAS C/ SARSA TARTARA	ENSALADA PRIMAVERAL	SOPA DE GALLINA		
	ARROZ C/ POLLO C/ ENSALADA	ARROZ C/ MARISCOS C/ SARSA	PALLARES CON HAMBURGUESA DE CARNE	ASADO DE PAVO C/ PURÈ DE PAPAS		
	MAZAMORRA DE GELATINA	MAZAMORRA DE LIMÓN	COMBINADO	MAZAMORRA MORADA		
	INFUSIÓN	INFUSIÓN	CHICHA MORADA	INFUSIÓN		
VALOR NUTRICIONAL	1,198 KCAL 42,0 G. PROTEÍNAS 40,2 G. LÍPIDOS 158,5 G CARBOHIDRATOS	1,200 KCAL 41,3 G. PROTEÍNAS 39,1 G. LÍPIDOS 160,5 G CARBOHIDRATOS	1,183,0 KCAL 42,3 G. PROTEÍNAS 40,5 G. LÍPIDOS 157,0 G CARBOHIDRATOS	1,175,0 KCAL 40,4 G. PROTEÍNAS 38,6 G. LÍPIDOS 156,6 G CARBOHIDRATOS		
CENA	TALLARIN ROJO C/ ATÚN	SECO DE POLLO C/ YUCA C/ ARROZ	PAVO AL HORNO C/ ARROZ A ALA JARDINERA C/ ENSALADA	CHICHARRON DE CERDO C/ CAMOTE FRITO C/ MOTE C/ SARSA CRIOLLA		
	KEKE DE VAINILLA	MAZAMORRA MORADA	BUDIN	MAZAMORRA MIXTA		
	INFUSIÓN	INFUSIÓN	INFUSIÓN	INFUSIÓN		
VALOR NUTRICIONAL	720,1 KCAL 16,9 G. PROTEÍNAS 10,7 G. LÍPIDOS 87,8 G CARBOHIDRATOS	722,0 KCAL 18,4 G. PROTEÍNAS 10,9 G. LÍPIDOS 87,4 G CARBOHIDRATOS	731,0 KCAL 24,4 G. PROTEÍNAS 14,0 G. LÍPIDOS 98,4 G CARBOHIDRATOS	725,5 KCAL 18,7 G. PROTEÍNAS 11,5 G. LÍPIDOS 88,2 G CARBOHIDRATOS		

MG. YANETH INGA A.



Villa el Salvador; 29 de noviembre del 2024

Mg. Yaneth Inga A.
NUTRICIONISTA
C.N.P. 1762