



MENÚ PARA INSTITUCIONES EDUCATIVAS - LONCHERAS-



*o.k. [Signature]*  
**Paola Padrono Loza**  
 U.N - MND 00385  
 Nutricionista - Dietista  
 FIRMA Y SELLO NUTRICIONISTA - FOOD SERVICES DE COLOMBIA

MES:	NOVIEMBRE	PUNTO DE OPERACIÓN:	Colegio Freinet
------	-----------	---------------------	-----------------

1	LUNES	2	MARTES	3	MIÉRCOLES	4	JUEVES	5	VIERNES
Bebida		Bebida	MARACUYA	Bebida	MORA	Bebida	LULO	Bebida	PIÑA
Plato Fuerte		Plato Fuerte	HOJALDRE DE CARNE	Plato Fuerte	AREPAS DE QUESO	Plato Fuerte	PIZZA MIX	Plato Fuerte	TROZOS DE POLLO APANADO CON PAPAS CHIPS
Fruta		Fruta	PAPAYA	Fruta	MELON	Fruta	PERA	Fruta	MANGO
8	LUNES	9	MARTES	10	MIÉRCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES
Bebida	SORBETE DE MANGO	Bebida	NARANJA	Bebida	BEBIDA CHOCOLATADA	Bebida	MANDARINA	Bebida	MORA
Plato Fuerte	PANDEBONO	Plato Fuerte	PIZZA DE MADURO Y MAIZ	Plato Fuerte	PANCAKE	Plato Fuerte	NUGGUETS DE POLLO CON PAPA A LA FRANCESA	Plato Fuerte	PASTEL DE POLLO
Fruta	MELON	Fruta	FRESA	Fruta	PAPAYA	Fruta	MAZANA	Fruta	MANDARINA
15	LUNES	16	MARTES	17	MIÉRCOLES	18	JUEVES	19	VIERNES
		Bebida	LULO	Bebida	MORA	Bebida	MANGO	Bebida	T. ARBOL
		Plato Fuerte	GALLETAS DE SODA Y PORCION DE QUESO CUAJADA	Plato Fuerte	WRAP DE JAMON Y QUESO	Plato Fuerte	HOJALDRE DE POLLO	Plato Fuerte	PULPO DE SALCHICHA CON PAPA
		Fruta	MELON	Fruta	FRESA	Fruta	SANDIA	Fruta	MAZANA
22	LUNES	23	MARTES	24	MIÉRCOLES	25	JUEVES	26	VIERNES
Bebida	NARANJA	Bebida	MARACUYA	Bebida	FRESCAVENA	Bebida	LULO	Bebida	LECHE
Plato Fuerte	HUEVOS REVUELTOS CON PAN	Plato Fuerte	PANDEBONO	Plato Fuerte	BUÑUELO	Plato Fuerte	HUEVOS REVUELTOS CON MAÍZ	Plato Fuerte	CEREAL
Fruta	MANZANA	Fruta	MANGO	Fruta	GRANADILLA	Fruta	PAPAYA	Fruta	BANANO
29	LUNES	30	MARTES	0	MIÉRCOLES	0	JUEVES	0	VIERNES
Bebida	UVA	Bebida	MORA	Bebida		Bebida		Bebida	
Plato Fuerte	DEDO SALCHICHA	Plato Fuerte	EMPANADA VALLUNA	Plato Fuerte		Plato Fuerte		Plato Fuerte	
Fruta	MELON	Fruta	FRESA	Fruta		Fruta		Fruta	



MENÚ PARA INSTITUCIONES EDUCATIVAS - ALMUERZO EXTRACURRICULAR-



MES: **NOVIEMBRE**

PUNTO DE OPERACIÓN:

Colegio Freinet-Kayruna J, T, 1°

*D.K. Claudia Patricia Castro Pardo Lead*  
7677-222 U.N - MND 00385

FIRMA Y SELLO NUTRICIONISTA - FOOD SERVICES DE COLOMBIA **Nutricionista - Dietista**

F	D	SOPA/CREMA	PROTEICO 1	ARROZ	ACOMPAÑANTE	BEBIDA 1	BEBIDA 2	POSTRE
1	L							
2	M	Campequina	Pasta Penne a la Bolonesa	Blanco	Blanquillos	Uva	Te	Chocolatina
3	X	Minestrone	Pechuga a la Cazadora	Blanco	Lentejas	Maracuya	Te	Fruta Temprada
4	J	Avena	Pollo a la Carbonara	Blanco	Frijol caraota	Lulo	Te	Gelatina
5	V	Consome	Pollo Agridulce Chino	Blanco	Masita de choclo	Mango	Te	Fruta Temprada
6	S							
7	D							
8	L	Arroz	Posta Cartagenera	Blanco	Lentejas	NaranjaPiña	Te	Galleta de Leche
9	M	Fideos	Filete a la Plancha	Blanco	Masitas de Choclo	Mango	Te	Fruta Temprada
10	X	Criolla	Cerdo BBQ	Blanco	Platano Chips	Guayaba	Te	Galleta de Avena
11	J	Verduras	Carne a la Española	Blanco	Palitos de Yuca	Uva	Te	Flan
12	V	Frijoles	Carne Molida	Blanco	Tajada de Maduro	Aguapanela	Te	Fruta Temprada
13	S							
14	D							
15	L						Te	
16	M	Sancocho	Pollo Pizadiola	Blanco	Moneditas	Limonada	Te	Wafer Jet
17	X	Raices	Pollo BBQ	Blanco	Lentejas	Tomate de Arbol	Te	Gelatina
18	J	Cuchuco	Arroz con pollo	Blanco	Ratattoille	Guayaba	Te	Torta Casera
19	V	Pasta	Cerdo a la Plancha	Blanco	Blanquillos	Mora	Te	Fruta Temprada
20	S							
21	D							
22	L	Zapallo	Filete de Pollo Napolitano	Blanco	Papas Chips	Maracuya	Te	Barquillo
23	M	Moneditas	Cerdo BBQ	Blanco	Arvejas con Zanahoria	Mango	Te	Fruta Temprada
24	X	Verduras	Spaguettis Boloñesa	Blanco	Pan	Uva	Te	Gelatina
25	J	Criolla	Pollo a la cocacola	Blanco	Papa Dorada	Lulo	Te	Fruta Temprada
26	V	Frijoles	Carne Molida	Blanco	Tajada de Maduro	Aguapanela	Te	Fruta Temprada
27	S							
28	D							
29	L	Ajiaco	Pollo Desmechado	Blanco	Pure de papa	Maracuya	Te	Arequipe
30	M	Avena	Carne en Bistec	Blanco	Frijoles	Mora	Te	Flan de Caramelo

TODOS LOS DIAS SE OFRECE VARIEDAD DE ENSALADAS Y VINAGRETA Y ALTERNATIVA AL POSTRE SE LE OFRECE FRUTA DEL DIA



MENÚ PARA INTITUCIONES EDUCATIVAS - LONCHERAS- TARDE -



O.K. *[Signature]*  
 MND 00385  
 Nutricionista - Dietista  
 FIRMA Y SELLO NUTRICIONISTA- FOOD SERVICES DE COLOMBIA

MES:	NOVIEMBRE	PUNTO DE OPERACIÓN:	Colegio Freinet						
1	LUNES	2	MARTES	3	MIÉRCOLES	4	JUEVES	5	VIERNES
Bebida		Bebida	PIÑA	Bebida	BEBIDA CHOCOLATADA	Bebida	LULO	Bebida	LECHE
Plato Fuerte		Plato Fuerte	CHCICHARRON DULCE	Plato Fuerte	PANQUEQUES CON MIEL	Plato Fuerte	HOJALDRE HAWAIANO	Plato Fuerte	ROLLO DE CANELA
Fruta		Fruta	MANZANA	Fruta	SANDIA	Fruta	FRESA	Fruta	PIÑA
8	LUNES	9	MARTES	10	MIERCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES
Bebida	MORA	Bebida	UVA	Bebida	GUAYABA	Bebida	PIÑA	Bebida	LULO
Plato Fuerte	PIZZA DE MADURO Y MAIZ	Plato Fuerte	MUFFIN DE VAINILLA	Plato Fuerte	SANDWICH DE JAMON	Plato Fuerte	EMPANADA VALLUNA	Plato Fuerte	BUÑUELO
Fruta	FRESA	Fruta	MANZANA	Fruta	PERA	Fruta	PAPAYA	Fruta	MANGO
15	LUNES	16	MARTES	17	MIERCOLES	18	JUEVES	19	VIERNES
Bebida		Bebida	MANGO	Bebida	MARACUYA	Bebida	MORA	Bebida	NARANJA
Plato Fuerte		Plato Fuerte	TORTA DE CHOCO VAINILLA	Plato Fuerte	CROISSANT DE CHOCOLATE	Plato Fuerte	PAN DE GUAYABA	Plato Fuerte	SANDWICH DE QUESO Y MERMELADA
Fruta		Fruta	MANZANA	Fruta	PERA	Fruta	PAPAYA	Fruta	MANGO
22	LUNES	23	MARTES	24	MIERCOLES	25	JUEVES	26	VIERNES
Bebida	YOGUR	Bebida	GUAYABA	Bebida	LULO	Bebida	LECHE	Bebida	MANGO
Plato Fuerte	MUFFINS DE VAINILLA	Plato Fuerte	PAN DE COCO	Plato Fuerte	OREJITAS DULCES	Plato Fuerte	TORTA DE CHOCOLATE	Plato Fuerte	DEDITOS DE QUESO
Fruta	BANANO	Fruta	PERA	Fruta	SANDIA	Fruta	BANANO	Fruta	MELON
29	LUNES	30	MARTES	0	MIERCOLES	0	JUEVES	0	VIERNES
Bebida	MORA	Bebida	SORBETE DE MANGO	Bebida		Bebida		Bebida	
Plato Fuerte	POLVOROSAS DE FRESAS	Plato Fuerte	PANDEBONO	Plato Fuerte		Plato Fuerte		Plato Fuerte	
Fruta	MANZANA	Fruta	PAPAYA	Fruta		Fruta		Fruta	