



MENÚ PARA INSTITUCIONES EDUCATIVAS - LONCHERAS-

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

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

0	LUNES	0	MARTES	1	MIÉRCOLES	2	JUEVES	3	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 AREPA
Fruta		Fruta	PAPAYA	Fruta	MELON	Fruta	PERA	Fruta	MANGO
6	LUNES	7	MARTES	8	MIÉRCOLES	9	JUEVES	10	VIERNES
Bebida	UVA	Bebida	NARANJA	Bebida	BEBIDA CHOCOLATADA	Bebida	MANDARINA	Bebida	MORA
Plato Fuerte	ALMOJABANA	Plato Fuerte	PIZZA DE MADURO Y MAIZ	Plato Fuerte	PANDEBONO	Plato Fuerte	NUGGUETS DE POLLO MONEDITAS	Plato Fuerte	MINI PERRO
Fruta	MELON	Fruta	FRESA	Fruta	PAPAYA	Fruta	BANANO	Fruta	FRUTA MIX
13	LUNES	14	MARTES	15	MIÉRCOLES	16	JUEVES	17	VIERNES
Bebida	MANDARINA	Bebida	LULO	Bebida	FRESCAVENA	Bebida	MANGO	Bebida	MANDARINA
Plato Fuerte	HUEVOS REVUELTOS CON MAIZ	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	PERA	Fruta	MELON	Fruta	MANGO	Fruta	SANDIA	Fruta	MAZANA
20	LUNES	21	MARTES	22	MIÉRCOLES	23	JUEVES	24	VIERNES
Bebida	UVA	Bebida	MARACUYA	Bebida	MORA	Bebida	LULO	Bebida	LECHE
Plato Fuerte	HUEVOS REVUELTOS CON PAN	Plato Fuerte	PANDEBONO	Plato Fuerte	BUÑUELO	Plato Fuerte	HUEVOS REVUELTOS CON SALCHICHA	Plato Fuerte	CEREAL
Fruta	MANZANA	Fruta	MANGO	Fruta	GRANADILLA	Fruta	PAPAYA	Fruta	BANANO
27	LUNES	28	MARTES	29	MIÉRCOLES	30	JUEVES	0	VIERNES
Bebida	UVA	Bebida	MORA	Bebida	MARACUYA	Bebida	MANDARINA	Bebida	
Plato Fuerte	DEDO SALCHICHA	Plato Fuerte	EMPANADA VALLUNA	Plato Fuerte	HOJALDRE DE CARNE	Plato Fuerte	SANDWICH DE JAMON Y QUESO	Plato Fuerte	
Fruta	MELON	Fruta	BANANO	Fruta	PAPAYA	Fruta	MAZANA	Fruta	



MENÚ PARA INSTITUCIONES EDUCATIVAS - ALMUERZO EXTRACURRICULAR-

MES:

JUNIO

PUNTO DE OPERACIÓN:

Colegio Freinet-1°-2°-3°-

*o.k. Blau...*  
*Diana Pardo...*  
**U.N - MND 00385**  
**Nutricionista - Dietista**

FIRMA Y SELLO NUTRICIONISTA- FOOD SERVICES DE COLOMBIA

F	D	SOPA/CREMA	PROTEICO 1	PROTEICO 2	ARROZ	ACOMPANANTE	BEBIDA 1	BEBIDA 2	POSTRE
1	X	Fideos	Goulash de Cerdo	Filete de Pollo	Blanco	Lentejas	Uva	Te	Chocolatina
2	J	Avena	Carne Molida	Cerdo a la BBQ	Blanco	platano chip	Maracuya	Te	gelatina
3	V	Raíces	Carne Desmechada con Verduras	Filete pollo s/mango	Blanco	Blanquillos	Mora	Te	Barquillos
4	S								
5	D								
6	L	Criolla	Albondigas de Res	Cerdo BBQ	Blanco	Frijol caraota	Maracuya	Te	galleta wafer
7	M	Campešina	Pollo al pimenton	Higado Encebollado	Blanco	Arvejas	Guayaba	Te	postre napoleon
8	X	Sancocho	Cordon Blue	Carne a la parilla	Blanco	Papas al perejil	Mango	Te	Galleta de Leche
9	J	Arroz	Carne a la Española	Pollo Hawainano	Blanco	Lentejas	NaranjaPiña	Te	Bocadillo
10	V	Frijoles	Molida Chicharron Chorizo	Carne Asada	Blanco	Tajada de Maduro	Aguapanela	Te	Flan
11	S								
12	D								
13	L	Consome	Arroz Mixto	Cerdo Grille	Blanco	platano chip	Lulo	Te	Gelatina
14	M	Verduras	Spaguettis Boloñesa	Fajitas de Cerdo	Blanco	frijoles- pan	Guayaba	Te	Wafer Jet
15	X	Arroz	Cordon Blue	Goulash de Cerdo	Blanco	Arvejas	Lulo	Te	dulce de piña y coco
16	J	Pasta	Carne de Hamburguesa	Cerdo Hawaiano	Blanco	Ullucos	Maracuya	Te	Snacky
17	V	Sancocho	Filete de Pollo Napolitano	Cerdo Grille	Blanco	Lentejas	Mango	Te	Arroz con leche
18	S								
19	D								
20	L								
21	M								
22	X								
23	J								
24	V								
25	S								
26	D								
27	L								
28	M								
29	X								
30	J								

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



MENÚ PARA INSTITUCIONES EDUCATIVAS - LONCHERAS- TARDE -

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

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

0	LUNES	0	MARTES	1	MIÉRCOLES	2	JUEVES	3	VIERNES
Bebida		Bebida		Bebida	NARANJADA	Bebida	LULO	Bebida	LECHE
Plato Fuerte		Plato Fuerte		Plato Fuerte	PANQUEQUES CON MIEL	Plato Fuerte	MINI HAMBURGUESA	Plato Fuerte	ROLLO DE CANELA
Fruta		Fruta		Fruta	SANDIA	Fruta	PAPAYA	Fruta	PIÑA
6	LUNES	7	MARTES	8	MIERCOLES	9	JUEVES	10	VIERNES
Bebida	T.DE ARBOL	Bebida	UVA	Bebida	GUAYABA	Bebida	LECHE	Bebida	SORBETE DE MANGO
Plato Fuerte	PIZZA DE MADURO Y MAIZ	Plato Fuerte	SANDWICH DE JAMON	Plato Fuerte	MANTECADA	Plato Fuerte	GALLETAS CASERA	Plato Fuerte	BUÑUELO
Fruta	FRESA	Fruta	MANZANA	Fruta	PERA	Fruta	PAPAYA	Fruta	MANGO
13	LUNES	14	MARTES	15	MIERCOLES	16	JUEVES	17	VIERNES
Bebida	LECHE	Bebida	LULO	Bebida	MARACUYA	Bebida	MORA	Bebida	LIMONADA
Plato Fuerte	ROLLO DE CANELA	Plato Fuerte	CRISPETA Y SALCHICHA	Plato Fuerte	CROISSANT DE CHOCOLATE	Plato Fuerte	PAN DE GUAYABA	Plato Fuerte	SANDWICH DE QUESO Y MERMELADA
Fruta	PIÑA	Fruta	MANZANA	Fruta	PERA	Fruta	PAPAYA	Fruta	MANGO
20	LUNES	21	MARTES	22	MIERCOLES	23	JUEVES	24	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	ROLLITO DE PAN CON QUESO Y PAPA CHIP
Fruta	BANANO	Fruta	PERA	Fruta	SANDIA	Fruta	MANGO	Fruta	MANZANA
27	LUNES	28	MARTES	29	MIERCOLES	30	JUEVES	0	VIERNES
Bebida	MORA	Bebida	AVENA	Bebida	PIÑA	Bebida	LECHE ACHOCOLATADA	Bebida	
Plato Fuerte	POLVOROSAS DE FRESAS	Plato Fuerte	PANDEBONO	Plato Fuerte	CHICHARRON DULCE	Plato Fuerte	MUFFIN DE VAINILLA	Plato Fuerte	
Fruta	MELON	Fruta	PAPAYA	Fruta	BANANO	Fruta	PIÑA ORO MIEL	Fruta	