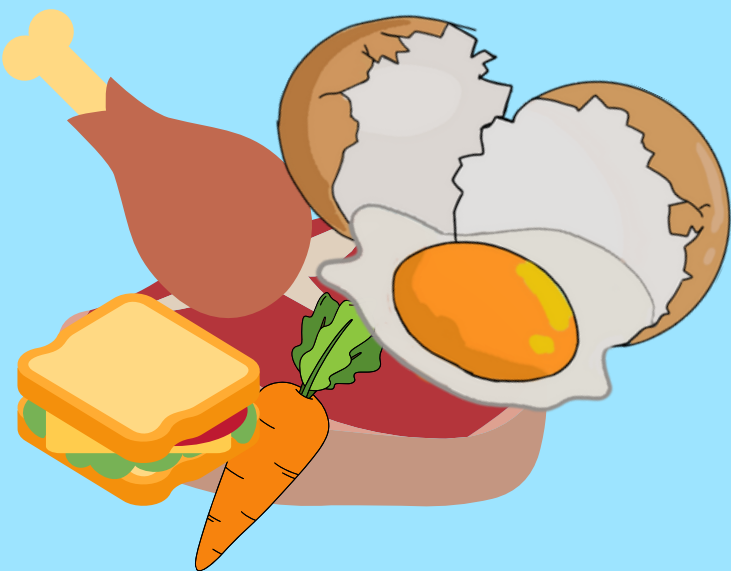




MENÚ MES DE MAYO

COLEGIO

FREINET - KAYRUNA





MENÚ LONCHERA MAÑANA

Semana 1 Semana 2 Semana 3 Semana 4 Semana 5							jueves 2		viernes 3	
							MORA	Bebida	MARACUYA	
							HUEVOS CON JAMON Y AREPA	Plato Fuerte	PIZZA DE POLLO Y MAICITOS	
							PAPAYA, VERDURA	fruta y verdura	BANANO Y PAPAYA	
		lunes 6		martes 7		miercoles 8		jueves 9	viernes 10	
	Bebida	AVENA	Bebida	LIMONADA	Bebida	YOGURT	Bebida	MANGO	Bebida	LECHE
	Plato Fuerte	ROLLITOS DE SANDWICH	Plato Fuerte	JULIANAS DE POLLO APANADAS	Plato Fuerte	CEREAL	Plato Fuerte	HUEVOS CON JAMON Y MINI CROISANT	Plato Fuerte	BURRITO DE POLLO Y VERDURA
	fruta y verdura	PEPINO RODAJAS Y UVAS	fruta y verdura	MANGO Y BASTONCITOS DE HABICHUELAS	fruta y verdura	FRESAS Y ZANAHORIAS EN RODAJAS	fruta y verdura	MANDARINA Y TOMATES	fruta y verdura	BANANO Y PAPAYA
		FESTIVO		martes 14		miercoles 15		jueves 16	no clase	
	Bebida		Bebida	AVENA	Bebida	LIMONADA	Bebida	LECHE	Bebida	
	Plato Fuerte		Plato Fuerte	HUEVO COCIDO , PAN TAJADO, QUESO CREMA	Plato Fuerte	CARNE Y PLATANO CHIP	Plato Fuerte	CEREAL	Plato Fuerte	
	fruta y verdura		fruta y verdura	PERA Y BASTONES DE PEPINO	fruta y verdura	GRANADILLA Y BROCOLIS	fruta y verdura	FRESAS	fruta y verdura	
		lunes 20		martes 21		miercoles 22		jueves 23	viernes 24	
	Bebida	CHOCOLISTO	Bebida	UVA	Bebida	NARANJAPIÑA	Bebida	MANGO	Bebida	MANGO
	Plato Fuerte	HUEVOS REVUELTOS CON JAMON Y GALLETAS SODA	Plato Fuerte	BOLITAS DE CARNE ASADAS CON PAPA CHIPS	Plato Fuerte	MINI HAMBURGUEZA , PAPA FRANCESA	Plato Fuerte	NUGUETS DE POLLO Y PAN BOLITA	Plato Fuerte	PIZZA HAWAIANA
	fruta y verdura	MANGO Y PALITOS DE ZANAHORIA	fruta y verdura	MANZANA Y PEPINO EN RODAJAS	fruta y verdura	MANDARINA Y TOMATES	fruta y verdura	FRESAS Y BASTONES DE HABICHUELAS	fruta y verdura	PIÑA OROMIEL
		NO CLASE		martes 28		miercoles 29		jueves 30	viernes 31	
	Bebida		Bebida	CHOCOLISTO	Bebida	MANDARINA	Bebida	MANGO	Bebida	MARACUYA
Plato Fuerte		Plato Fuerte	AREPA CON JAMON Y QUESO	Plato Fuerte	BURRITO DE POLLO CON VERDURAS	Plato Fuerte	MINI PERRO	Plato Fuerte	PIZZA DE POLLO Y MAICITOS	
fruta y verdura		fruta y verdura	MANZANA Y PEPINO EN RODAJAS	fruta y verdura	MANDARINA	fruta y verdura	FRESA Y ZANAHORIAS	fruta y verdura	PIÑA OROMIEL	



MENÚ LONCHERA TARDE

Semana 1
Semana 2
Semana 3
Semana 4
Semana 5

	LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES 2		VIERNES 3
Bebida		Bebida		Bebida		Bebida	MARACUYA	Bebida	LECHE
Plato Fuerte		Plato Fuerte		Plato Fuerte		Plato Fuerte	SANDWICH J Y A	Plato Fuerte	CHICHARRONA
fruta		fruta		fruta		fruta	PAPAYA	fruta	BANANO
	LUNES 6		MARTES 7		MIÉRCOLES 8		JUEVES 9		VIERNES 10
Bebida	LECHE	Bebida	AVENA	Bebida	MANGO	Bebida	LIMONADA	Bebida	COLADA
Plato Fuerte	GALLETAS NEGRAS	Plato Fuerte	TORTA CASERA	Plato Fuerte	ENSALADA FRUTAS	Plato Fuerte	GALLETAS CON MERMELEDA Y QUESO	Plato Fuerte	PANDEBONO
fruta	MANDARINA	fruta	MANGO	fruta	VERDURA	fruta	MANDARINA	fruta	SANDIA
	FESTIVO		MARTES 14		MIÉRCOLES 15		JUEVES 16		VIERNES 17
Bebida		Bebida	AVENA	Bebida	LIMONADA	Bebida	LECHE	Bebida	COLADA
Plato Fuerte		Plato Fuerte	BUÑUELOS	Plato Fuerte	CRISPETAS	Plato Fuerte	CHICHARRON	Plato Fuerte	GALLETAS DE AVENA
fruta		fruta	PERA	fruta	MANGO	fruta	BANANO	fruta	UVAS
	LUNES 20		MARTES 21		MIÉRCOLES 22		JUEVES 23		VIERNES 24
Bebida	MANGO	Bebida	LULO	Bebida	LECHE	Bebida	MARACUYA	Bebida	SORBETE MANGO
Plato Fuerte	MASITA DE CHOCLO Y LONCHITA DE QUESO	Plato Fuerte	SANDWICH DE POLLO	Plato Fuerte	GALLETAS NEGRAS	Plato Fuerte	NUGUETS DE POLLO CON PAPA CHIPS	Plato Fuerte	OREJITAS
fruta	SANDIA	fruta	MELON	fruta	BANANO	fruta	MANDARINA	fruta	PIÑA OROMIEL
	NO CLASE		MARTES 28		MIÉRCOLES 29		JUEVES 30		VIERNES 31
Bebida		Bebida	LULO	Bebida	UVA	Bebida	LIMONADA	Bebida	MARACUYA
Plato Fuerte		Plato Fuerte	AREPA DE QUESO	Plato Fuerte	BURRITO DE POLLO	Plato Fuerte	MINI PERRO	Plato Fuerte	SANDWICH DE JAMON Y QUESO
fruta		fruta	MANGO	fruta	MANDARINA	fruta	PAPAYA	fruta	MELON



MENÚ ALMUERZO KAYRUNA

*TODOS LOS DIAS SE OFRECE VARIEDAD DE ENSALADAS Y VINAGRETAS

Nuestro menú ha sido avalado por Juan Pablo Patiño Escobar. Nutricionista y dietista Colnud 1107525768

Día	Crema/sopa	Proteína 1	Arroz	Acompañante	Acompañante	Bebida 1	Bebida 2	Bebida 2	Postre
2	CONSOME	ARROZ CON POLLO	BLANCO	LENTEJAS	TAJADAS	GUAYABA	TE	AGUA	MASMELO
3	FRIJOLE	CARNE MOLIDA	BLANCO	TAJADAS	TAJADAS	LIMONADA	TE	AGUA	MAZAMORRA
6	S. FIDEOS	POLLO A LA NARANJA	BLANCO	LENTEJAS	MASITA DE ZANAHORIA	LIMONADA	TE	AGUA	GALLETA LECHE
7	SOPA DE CHOCLO	GOULAH	BLANCO	BLANQUILLO	MADURO COCIDO	MORA	TE	AGUA	BARQUILLO
8	GUINEO	ALBONDIGAS NAPOLITANA	BLANCO	GARBANZOS	MASITAS ESPINACA	UVA	TE	AGUA	GELATINA
9	AJIACO	PECHUGA DESMECHADA	BLANCO	ARVEJAS	MASITAS CHOCLO	LULO	TE	AGUA	MASMELO
10	FRIJOLE	CARNE MOLIDA	BLANCO	TAJADAS	TAJADAS	LIMONADA	TE	AGUA	MAZAMORRA
14	MONEDITAS	MILANESA POLLO	BLANCO	LENTEJAS	PAPA DORADA	UVA	TE	AGUA	SANCKY
15	MENÚ ESPECIAL DIA DEL PROFESOR								
16	SANCOCHO	CERDO BBQ	BLANCO	BLANQUILLOS	MONEDITAS DE PLATANO	LULO	TE	AGUA	FRUTA MIXTA
17	FIDEOS	POLLO CRISPY	BLANCO	FRIJOLE	MADURO	LIMONADA	TE	AGUA	BARRILET
20	CONSOME DE POLLO	FRICASE DE POLLO	BLANCO	BLANQUILLOS	MONEDITAS PLATANO	T.ARBOL	TE	AGUA	BARQUILLO
21	VERDURAS	CHULETA POLLO	BLANCO	LENTEJAS	CROQUETA DE YUCA	LULO	TE	AGUA	GELATINA
22	SANCOCHO	CARNE ESPAÑOLA	BLANCO	ARVEJAS	MADURO CALADO	UVA	TE	AGUA	PUDIN
23	AJIACO	PECHUGA DESMECHADA	BLANCO	AREPA FRITA	AREPA FRITA	MANGO	TE	AGUA	FRUTA MIXTA
24	FRIJOLE	CARNE MOLIDA	BLANCO	TAJADAS	AREPA	LIMONADA	TE	AGUA	MAZAMORRA
27	FIDEOS	MIX CERDO, POLLO BBQ	BLANCO	TAJADAS	MASITAS ESPINACA	UVA	TE	AGUA	GALLETA MUU
28	CONSOME	CARNE MOLIDA VERDURAS	BLANCO	LENTEJAS	PURE DE PAPA	T.ARBOL	TE	AGUA	PUDIN
29	MONEDITAS	ARROZ PAISA	BLANCO	PAPA CASCOS	PAPA CHIPS	LULO	TE	AGUA	FRUTA MIXTA
30	VERDURAS	ESPAGUETTIS CON CARNE	BLANCO	PAN	PAPA PEREJIL	GUAYABA	TE	AGUA	GELATINA
31	SOPA DE ZAPALLO	JULIANAS DE RES CON VERDURAS	BLANCO	FRIJOLE GUISADOS	MONEDITAS PLATANO	TROPICAL	TE	AGUA	MASMELOS