



*Feliz Navidad*  
y Feliz Año Nuevo

**“La Navidad es un trozo de hogar que llevas siempre en lo más profundo de tu corazón.” Freya Stark**

# LONCHERA AM

Semana 1

Semana 2

	LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES
<b>Bebida</b>	MILO	<b>Bebida</b>	LULO	<b>Bebida</b>	YOGURT	<b>Bebida</b>	MANGO	<b>Bebida</b>	NARANJADA
<b>Plato Fuerte</b>	SANDWICH DE JAMON Y QUESO	<b>Plato Fuerte</b>	JULIANAS DE POLLO APANADAS - PAPA CHIP	<b>Plato Fuerte</b>	CEREAL	<b>Plato Fuerte</b>	AREPA Y ROLLITO DE JAMON Y QUESO	<b>Plato Fuerte</b>	SALCHIPAPA
<b>fruta y verdura</b>	PEPINO RODAJAS Y UVAS	<b>fruta y verdura</b>	MANGO Y BASTONCITOS DE APIO	<b>fruta y verdura</b>	FRESAS Y BANANO	<b>fruta y verdura</b>	PAPAYA Y TOMATES	<b>fruta y verdura</b>	MIX DE FRUTAS
	LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES
<b>Bebida</b>	LECHE	<b>Bebida</b>	MANGO	<b>Bebida</b>	AVENA	<b>Bebida</b>	GUAYABA	<b>Bebida</b>	LULO
<b>Plato Fuerte</b>	WAFLES CON MIEL Y ROLLITO DE QUESO	<b>Plato Fuerte</b>	TORTILLA DE HUEVO CON PAN TAJADO	<b>Plato Fuerte</b>	PANDEBONOS Y QUESO CUAJADA	<b>Plato Fuerte</b>	BURRITO DE POLLO Y VERDURA	<b>Plato Fuerte</b>	PIZZA JAMON Y QUESO
<b>fruta y verdura</b>	BANANOS	<b>fruta y verdura</b>	SANDIA Y BASTONES DE PEPINO	<b>fruta y verdura</b>	UVAS Y BROCOLIS	<b>fruta y verdura</b>	FRESAS	<b>fruta y verdura</b>	UVAS

# LONCHERA PM

## Semana 1

	LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES
<b>Bebida</b>	LECHE	<b>Bebida</b>	AVENA	<b>Bebida</b>	AGUA	<b>Bebida</b>	MANGO	<b>Bebida</b>	LIMONADA
<b>Plato Fuerte</b>	GALLETA NEGRA	<b>Plato Fuerte</b>	TORTA CASERA	<b>Plato Fuerte</b>	ENSALADA FRUTAS	<b>Plato Fuerte</b>	GALLETA CON MERMELADA Y QUESO	<b>Plato Fuerte</b>	NUGETTS DE POLLO CON PAPA
<b>fruta</b>	MANDARINA	<b>fruta</b>	MANGO	<b>fruta</b>	TOMATE	<b>fruta</b>	MANDARINA	<b>fruta</b>	SANDIA

## Semana 2

	LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES
<b>Bebida</b>	LULO	<b>Bebida</b>	JUGO	<b>Bebida</b>	COLADA	<b>Bebida</b>	MORA	<b>Bebida</b>	LECHE
<b>Plato Fuerte</b>	ROLLITO DE PAN CON SALCHICHA	<b>Plato Fuerte</b>	EMPANADA	<b>Plato Fuerte</b>	GALLETA AVENA	<b>Plato Fuerte</b>	POLLO CON VERDURAS	<b>Plato Fuerte</b>	TORTA
<b>fruta</b>	PIÑA ORO MIEL	<b>fruta</b>	PERA	<b>fruta</b>	MANGO	<b>fruta</b>	BANANO	<b>fruta</b>	UVAS

# MENÚ ALMUERZO KAYRUNA

DIA	SOPA/CREMA	PROTEINA 1	ARROZ	ACOMPAÑANTE	BEBIDA 1	POSTRE	
2	L	CONSOME	MILANESA POLLO	BLANCO	LENTEJAS	UVA	FRUTA TEMPORADA
3	M	SANCOCHO	CERDO HAWAIANO	BLANCO	CARAOTA	MORA	FRUTA TEMPORADA
4	M	VERDURAS	ESPAGUETI BOLOÑESA	BLANCO	PAN / BLANQUILLO	LULO	FRUTA TEMPORADA
5	J	CHOCLO	POLLO GRITTE	BLANCO	GARBANZO	GUAYABA Y LIMON	FRUTA TEMPORADA
6	V	FRIJOLES	MOLIDA	BLANCO	MADURO	LIMONADA	FRUTA TEMPORADA
9	L	SOPA FIDEOS	MIX DE POLLO Y CERDO	BLANCO	BLANQUILLO	T. ARBOL	FRUTA TEMPORADA
10	M	AJIACO	PECHUGA DESMECHADA	BLANCO	ARVEJAS , AREPA	MANGO	FRUTA TEMPORADA
11	M	MENU	ESPECIAL				
12	J	RAIZ	ARROZ CON POLLO	BLANCO	PAPA FRANCESA	MARACUYA	FRUTA TEMPORADA
13	V	CONSOME	POLLO BBQ	BLANCO	MADURO	LIMONADA	FRUTA TEMPORADA