

MINUTA

MES

AGOSTO

Semana	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1	Jugo / Pan	Jugo / Pan	Jugo / Pan	Jugo / Pan	Jugo / Pan
Ensalada	Ens Tomate c/Perejil	Ens Lechuga	Ens Choclo	EnsBetarraga	Ens Apio
Plato de Fondo	Tallarines c/ salsa Bontoux	Lentejas c/ Vienesas de Pavo	Albóndiga de Vacuno c/ guiso de acelga	Pollo al jugo c/ arroz graneado	Chapsui Mixto c/Puré
Postre	Fruta	Fruta	Yogurt	Jalea	Fruta
2	Jugo / Pan	Jugo / Pan	Jugo / Pan	Jugo/ Pan	Jugo / Pan
Ensalada	Ens Lechuga c/ Zanahoria	Ens Pepino	Ens Brocoli c/ Coliflor	Ens Tomate c/Perejil	Ens Betarraga c/ Zanahoria
Plato de Fondo	Pollo Asado c/ Papas Mayo	Escalopa de vacuno c/ budín de verduras	Huevo Escalfado c/ Charquicán de Verduras	Tallarines c/ Salsa Bolognesa	Cazuela de ave
Postre	Fruta	Jalea	Fruta	Yogurt	Fruta
3	Jugo / Pan		Jugo / Pan	Jugo / Pan	Jugo / Pan
Ensalada	Ens Tomate		Ens Pepino	Ens Lechuga	Ens Brócoli c/ con pimentón
Plato de Fondo	Pastel de papas	Feriado	Budín de Zapallo Italiano c/ Arroz	Porotos c/ tallarines	Chapsui de ave c/ arroz chaufan
Postre	Fruta		Yogurt	Fruta	Jalea
4	Jugo/ Pan	Jugo / Pan	Jugo / Pan	Jugo / Pan	Jugo / Pan
Ensalada	Ens Pepino c/ Oregano	Ens Tomate c/ Porotos verdes	Ens Lechuga	Ens Lechuga c/ zanahoria	Ens Repollo c/ Choclo
Plato de Fondo	Lasaña	Vacuno a la olla c/ Puré	Lentejas c/ Vienesas de Pavo	Carbonada de Ave	Salsa bolognesa c/ spaguetti
Postre	Fruta	Yogurt	Fruta	Jalea	Fruta

Camila Alonso Sáez

Nutricionista

Universidad Católica de la Santísima Concepción



Camila Alonso Sáez
Nutricionista
Rut: 17.842.267-7