



INSTITUCION EDUCATIVA SUAZAPAWA

MENU SEMANAL



S E M A N A D E L 0 9 A L 1 3 D E J U L I O		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	
	SOPA/CREMA	CREMA DE CHAMPIÑONES	SOPA DE AVENA	CREMA DE AHUYAMA	SOPA DE VERDURAS CON QUINUA	SOPA DE CEBADA	
	ALIMENTO PROTEICO 1	LOMO DE RES CON SALSA DE UCHUVAS	POLLO A LA BROASTER	GOULASH CON VERDURA	LONGANIZA Y RELLENA	CANELONES DE POLLO	
	ALIMENTO PROTEICO 2	MOJARRA FRITA	OSOBUCO DE CERDO CON CERVEZA	LOMO DE CERDO RELLENO DE MANZANAS	TRUCHA AL AJILLO	SPAGUETTI BOLOGNESA	
	ARROZ	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA		
	FARINACEO	YUCA DORADA	TORTA DE MOJICÓN	PURE DE PAPA	PAPA CRIOLLA O ENVUELTO	PAN FRANCES	
	VERDURA / LEGUMINOSA	ENSALADA DE MANGO, FRESAS Y GRANOLA	MIX DE HOJAS, REMOLACHA, AGUACATE Y ZANAHORIA	MIX DE HOJAS, TOMATE, COHOMBRO Y CALABACINES	ENSALADA DE RUBAS / ENSALADA DE REPOLLO	MIX DE HOJAS, TOMATE, ZANAHORIA Y BROCOLI	
	BEBIDA	GUAYABA	MORA	LULO	NARANJADA	PIÑA	
	FRUTA		PAPAYA	MANDARINA	PATILLA	CIRUELA	
	POSTRE	DULCE DE DURAZNO	BESOS DE CHOCOLATE	MASMELLOW	QUESO CON BOCADILLO	DULCE DE MORA	
	OPCIÓN VEGETARIANA	TORTAS DE QUINUA CON GUACAMOLE	LENTEJAS SUDADAS CON ESPINACA	QUESADILLAS CON GUACAMOLE	BURRITOS DE CHAMPIÑONES CON CREMA	BURRITOS DE FRIJOL NEGRO, GUACAMOLE Y PICO DE GALLO	
	ONCES PREESCOLAR						
	MAÑANA	MINI PERRO	PASTEL DE POLLO	SANDUCHE CALIENTE DE JAMÓN Y QUESO	CROISSANT DE CHOCOLATE	AREPA RELLENA DE POLLO	
JUGO DE MORA		CREMA DE CURUBA	MARACUYA	AVENA	CHOCOLATE		
TARDE	SANDÍA	YOGURTH Y CEREAL	GELATINA	VELEÑOS	PICADA CON SALCHICHA		
	GALLETAS DE VAINILLA	BANANO BOCADILLO	GALLETA DE AVENA	LIMONADA	PONY MALTA		