

Colegio : SANTA SOFIA
Comuna: PEÑALOLÉN
Región : REGIÓN METROPOLITANA

Agosto 2022

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
1 DESAYUNO: Leche blanca sin sabor Pan Integral con Tomate organo ALMUERZO: Ens. Repollo Fideos Tricolor Huevo Revuelto (H) c/ Yogurt c/Manzana	2 DESAYUNO: Huevo Revuelto c/Tomate Leche blanca con Sab. Vainilla ALMUERZO: Ens. Zanahoria Choclo Filetito de Pollo al Jugo (CF) c/ Naranja Entera Nat Pur de Papas (Mitad)	3 DESAYUNO: Leche Sabor Chocolate Pan Blanco con Pechuga de Pavo ALMUERZO: Ens. Tomate Lentejas Guisadas Manzana Entera Nat	4 DESAYUNO: Leche Sabor Vainilla Pera Entera Nat ALMUERZO: Croquetas de Pescado (PJPM) c/ Ens. Repollo Espirales Zanahoria Flan c/miel	5 DESAYUNO: Huevo Revuelto c/Tomate Leche blanca sin sabor ALMUERZO: Arroz Perla Carne al Jugo (CC) c/ Ens. Papa Arveja Zanahoria Pera Entera Nat	6	7
8 DESAYUNO: Avena Leche Sabor Vainilla ALMUERZO: Arroz a la Jardinera Budn de Jurel (PJPM) c/ Ens. Repollo Zanahoria Naranja Entera Nat	9 DESAYUNO: Leche blanca sin sabor Pan Integral con Huevo Revuelto ALMUERZO: Ens. Tomate Garbanzos Guisados (L) Manzana Entera Nat	10 DESAYUNO: Leche Sabor Vainilla Pan Integral con Tomate organo ALMUERZO: Ens. Apio Espirales Blancos Filete Merluza al Horno-la Olla (PFPM) c/ Yogurt c/Pera	11 DESAYUNO: Leche Sabor Chocolate Pan Blanco con Queso Laminado ALMUERZO: Ens. Repollo c/limn natural Lomito de Cerdo (C) c/ Manzana Entera Nat Pur de Papas (Mitad)	12 DESAYUNO: Huevo Revuelto c/Tomate Leche Sabor Vainilla ALMUERZO: Atun en salsa blanca (PAPM) c/ Ens. Zanahoria Choclo Fideos Ravioles Pera Entera Nat	13	14
15	16 DESAYUNO: Huevo Revuelto Leche blanca sin sabor ALMUERZO: Arroz Graneado Croquetas de Pescado (PJPM) c/ Smola c/Leche y Miel	17 DESAYUNO: Leche Sabor Chocolate Pan Integral con Queso Laminado ALMUERZO: Ens. Apio Lentejas Guisadas Manzana Entera Nat	18 DESAYUNO: Leche Sabor Vainilla Manzana Entera Nat ALMUERZO: Espirales Blancos Jalea con Yogurt Sopa de Verduras Nat Trutto de Pollo Asado (CT) c/	19 DESAYUNO: Huevo Revuelto c/Tomate Leche Sabor Chocolate ALMUERZO: Caldillo de Pescado (PFPM) Ens. Zanahoria Choclo Pera Entera Nat	20	21
22 DESAYUNO: Granola Leche Sabor Chocolate ALMUERZO: Arroz a la Jardinera Ens. Repollo Filete Merluza al Horno-la Olla (PFPM) c/ Flan c/miel	23 DESAYUNO: Leche Sabor Vainilla Pan Integral con Huevo Revuelto ALMUERZO: Ens. Zanahoria Choclo Espirales Zanahoria Lomito de Cerdo (C) c/ Manzana Entera Nat	24 DESAYUNO: Leche Sabor Chocolate Pan Integral con Queso Laminado ALMUERZO: Ens. Tomate Lentejas Guisadas Yogurt c/Manzana	25 DESAYUNO: Leche Sabor Vainilla Pan Integral con Tomate organo ALMUERZO: Arroz con Mariscos (MPM) Ens. Zanahoria Choclo Manzana Entera Nat	26 DESAYUNO: Leche blanca sin sabor Pan Integral con Huevo Revuelto ALMUERZO: Charquicn Mar y Tierra (CMAPMLG) Ens. Repollo c/limn natural Naranja Entera Nat	27	28
29 DESAYUNO: Leche blanca sin sabor Pan Integral con Tomate organo ALMUERZO: Ens. Repollo Fideos Tricolor Huevo Revuelto (H) c/ Smola c/Leche y Miel	30 DESAYUNO: Leche blanca con chocolate amargo Pan Blanco con Pechuga de Pavo ALMUERZO: Arroz Graneado Croquetas de Pescado (PJPM) c/ Ens. Zanahoria Arvejas Pera Entera Nat	31 DESAYUNO: Huevo Revuelto Leche Sabor Vainilla ALMUERZO: Lentejas Guisadas Manzana Entera Nat				