

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 (PJP) 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 (PJP) 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 (PJP) 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 (PJP) c/   Ens. Zanahoria Arvejas   Pera Entera Nat	31 DESAYUNO: Huevo Revuelto   Leche Sabor Vainilla   ALMUERZO: Lentejas Guisadas   Manzana Entera Nat				