

Colegio : SANTA SOFIA
Comuna: PEÑALOLÉN
Región : REGIÓN METROPOLITANA

Junio 2022

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
		1 DESAYUNO: Leche Sabor Vainilla Pan Integral con Queso Laminado ALMUERZO: Ens. Tomate Garbanzos Guisados (L) Manzana Entera Nat	2 DESAYUNO: Leche blanca con chocolate amargo Pan Blanco con Pechuga de Pavo ALMUERZO: Ens. Repollo Fideos Tricolor Flan c/miel Huevo Revuelto (H) c/	3 DESAYUNO: Huevo Revuelto c/Tomate Leche Sabor Vainilla ALMUERZO: Arroz Perla Carne Arvejada (CC) c/ Ens. Zanahoria Choclo Pera Entera Nat	4	5
6 DESAYUNO: Avena Yogurt Liquido Batido Vainilla ALMUERZO: Arroz a la Jardinera Ens. Repollo Zanahoria Huevo Revuelto (H) c/ Pure de Fruta	7 DESAYUNO: Leche blanca sin sabor Pan Integral con Huevo Revuelto ALMUERZO: Ens. Tomate Guiso de Lentejas (LLGPR) Manzana Entera Nat	8 DESAYUNO: Leche blanca con Sab. Vainilla Pan Integral con Tomate oregano ALMUERZO: Ens. Papa Arveja Zanahoria Espirales Blancos Trutro de Pollo al Jugo (CT) c/ Yogurt c/Pera	9 DESAYUNO: Leche Sabor Chocolate Pan Blanco con Queso Laminado ALMUERZO: Churrasco de Vacuno (CCH) c/ Ens. Acelga Repollo c/Limon Natural Kiwi Trozado Pure de Papas (Mitad)	10 DESAYUNO: Huevo Revuelto c/Tomate Leche Sabor Vainilla ALMUERZO: Caldillo de Pescado (PFP) Ens. Zanahoria Arvejas Manzana Entera Nat	11	12
13 DESAYUNO: Huevo Revuelto Leche blanca sin sabor ALMUERZO: Arroz a la Jardinera Croquetas de Pescado (PJP) c/ Ens. Repollo Semola c/Leche y Miel	14 DESAYUNO: Leche blanca con chocolate amargo Pan Integral con Tomate oregano ALMUERZO: Ens. Apio Choclo Filetito de Pollo Asado o Salteado (CF) c/ Garbanzos Guisados (L) Manzana Entera Nat	15 DESAYUNO: Leche Sabor Vainilla Pan Integral con Huevo Revuelto ALMUERZO: Ens. Zanahoria P.Verdes Jalea con Yogurt Mejillones c/Fideos (MPM)	16 DESAYUNO: Pera Entera Nat Yogurt Liquido Batido Frutilla ALMUERZO: Charquican Mar y Tierra (CMAFMLG) Ens. Repollo Zanahoria Manzana Entera Nat	17 DESAYUNO: Huevo Revuelto c/Tomate Leche Sabor Chocolate ALMUERZO: Arroz Graneado Churrasco de Vacuno (CCH) c/ Ens. Choclo arvejas Kiwi Trozado	18	19
20 DESAYUNO: Granola Yogurt Liquido Batido Vainilla ALMUERZO: Arroz Graneado Ens. Repollo Zanahoria Flan c/miel Nugget de Pescado (PAPP) c/	21	22 DESAYUNO: Leche Sabor Chocolate Pan Blanco con Pechuga de Pavo ALMUERZO: Ens. Tomate Guiso de Lentejas (LLGPR) Pure de Fruta	23 DESAYUNO: Huevo Revuelto c/Tomate Leche blanca con Sab. Vainilla ALMUERZO: Atun en salsa blanca (PAPM) c/ Ens. Papa Choclo Arveja Fideos Ravioles Manzana Entera Nat	24 DESAYUNO: Manzana Entera Nat Yogurt Liquido Batido Frutilla ALMUERZO: Ens. Acelga Repollo c/Limon Natural Pera Entera Nat Pure de Papas (Mitad) Trutro de Pollo al Jugo (CT) c/	25	26
27	28 DESAYUNO: Huevo Revuelto Leche blanca con Sab. Vainilla ALMUERZO: Croquetas de Pescado (PJP) c/ Ens. Zanahoria Arvejas Fideos Tricolor Semola c/Leche y Miel	29 DESAYUNO: Manzana Entera Nat Yogurt Liquido Batido Frutilla ALMUERZO: Duraznos en Conserva Ens. Zapallito Zanahoria Porotos c/Riendas (LPR)	30 DESAYUNO: Leche blanca sin sabor Pan Integral con Tomate oregano ALMUERZO: Arroz Graneado Nugget de Pescado (PAPP) c/ Sopa de Verduras Nat Yogurt c/Manzana			