



Colegio : SANTA SOFIA  
 Comuna : PEÑALOLÉN  
 Región : REGIÓN METROPOLITANA

# Octubre 2024

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	1 DESAYUNO: FORMULA LACTEA SABOR VAINILLA   PAN BLANCO CON MERMELADA DURAZNO   ALMUERZO: AGUA   FRUTA ENTERA   LENTEJAS GUIADAS   TOMATE	2 DESAYUNO: FORMULA LACTEA SABOR FRUTILLA   PAN BLANCO CON HUEVO REVUELTO   ALMUERZO: AGUA   FILETILLO POLLO AL JUGO   PAPAS RUSTICAS ASADAS   YOGURT   ZANAHORIA/POROTOS VERDES	3 DESAYUNO: FORMULA LACTEA SABOR VAINILLA   PAN INTEGRAL CON TOMATE Y HIERBAS   ALMUERZO: AGUA   ARROZ PERLA   BUDIN BICOLOR CON HUEVO   FRUTA ENTERA   REPOLLO	4 DESAYUNO: LECHE SABOR CHOCOLATE FLUIDA   PAN BLANCO CON PECHUGA DE POLLO   ALMUERZO: AGUA   BETARRAGA   CROQUETA PESCADO AL HORNO   ESPIRALES TRICOLOR   JALEA CON YOGURT	5	6
7 DESAYUNO: LECHE SABOR FRUTILLA FLUIDA   PAN BLANCO CON HUEVO REVUELTO   ALMUERZO: AGUA   REPOLLO   SALSA DEL MAR   TALLARINES BLANCOS   YOGURT	8 DESAYUNO: FORMULA LACTEA SABOR VAINILLA   PAN INTEGRAL CON MERMELADA DAMASCO   ALMUERZO: AGUA   FRUTA ENTERA   POROTOS GUIADOS   TOMATE	9 DESAYUNO: GRANOLA   YOGURT   ALMUERZO: AGUA   APANADO DE PESCADO   CHOCLO/ZANAHORIA   FRUTA ENTERA   PURE PAPAS	10 DESAYUNO: LECHE SABOR FRUTILLA FLUIDA   PAN BLANCO CON MIEL   ALMUERZO: AGUA   ESPIRALES TRICOLOR   FILETILLO POLLO AL JUGO   JALEA CON YOGURT   LECHUGA CON 1/4 DE LIMON	11 DESAYUNO: FORMULA LACTEA SABOR VAINILLA   PAN INTEGRAL CON PECHUGA DE POLLO   ALMUERZO: AGUA   CHARQUICAN DE VERDURAS   FRUTA ENTERA   HUEVO REVUELTO   TOMATE	12	13
14 DESAYUNO: AVENA   YOGURT   ALMUERZO: AGUA   ENSALADA DE ATUN Y PASTA ESPIRALES   FRUTA ENTERA   ZANAHORIA/REPOLLO	15 DESAYUNO: LECHE SABOR FRUTILLA FLUIDA   PAN INTEGRAL CON PALTA   ALMUERZO: AGUA   FRUTA ENTERA   LENTEJAS GUIADAS   TOMATE	16 DESAYUNO: FORMULA LACTEA SABOR VAINILLA   PAN BLANCO CON HUEVO REVUELTO   ALMUERZO: AGUA   ESPIRALES TRICOLOR   REPOLLO   TRUTRO DE POLLO ASADO   YOGURT	17 DESAYUNO: LECHE SABOR CHOCOLATE FLUIDA   PAN BLANCO CON QUESO LAMINADO   ALMUERZO: AGUA   ARROZ GRANEADO   BETARRAGA   FRUTA ENTERA   HUEVO REVUELTO	18 DESAYUNO: FORMULA LACTEA SABOR VAINILLA   PAN INTEGRAL CON TOMATE Y HIERBAS   ALMUERZO: AGUA   CARBONADA DE VACUNO   LECHUGA CON 1/4 DE LIMON   SEMOLA CON LECHE Y MIEL	19	20
21 DESAYUNO: PERA ENTERA   YOGURT   ALMUERZO: AGUA   CHOCLO/ZANAHORIA   CROQUETA PESCADO AL HORNO   ESPIRALES BLANCOS   FRUTA ENTERA	22 DESAYUNO: FORMULA LACTEA SABOR VAINILLA   PAN BLANCO CON MERMELADA DAMASCO   ALMUERZO: AGUA   FRUTA ENTERA   GARBANZOS GUIADOS   TOMATE	23 DESAYUNO: LECHE SABOR FRUTILLA FLUIDA   PAN INTEGRAL CON TOMATE Y HIERBAS   ALMUERZO: AGUA   BETARRAGA   FILETE DE PESCADO AL HORNO   FRUTA ENTERA   PAPAS AL PEREJIL	24 DESAYUNO: GRANOLA   LECHE BLANCA FLUIDA   ALMUERZO: AGUA   ESPIRALES TRICOLOR   FRUTA ENTERA   LOMO CERDO   REPOLLO 1/4 DE LIMON	25 DESAYUNO: BARRA DE CEREAL (40GR)   BEBIDA LACTEA SABOR INDIV   ALMUERZO: AGUA ENVASADA INDIV   FRUTOS SECOS INDIV   PURE DE FRUTAS ENVASE INDIVIDUAL   SANDWICH CHURRASCO-QUESO	26	27
28 DESAYUNO: LECHE SABOR FRUTILLA FLUIDA   PAN BLANCO CON TOMATE Y HIERBAS   ALMUERZO: AGUA   CROQUETA DE ATUN   ESPIRALES TRICOLOR   FRUTA ENTERA   REPOLLO	29 DESAYUNO: LECHE SABOR CHOCOLATE FLUIDA   PAN INTEGRAL CON MIEL   ALMUERZO: AGUA   LENTEJAS GUIADAS   PURE FRUTA MANZANA ENVASE INDIVIDUAL   TOMATE	30 DESAYUNO: MANZANA ENTERA   YOGURT   ALMUERZO: AGUA   ARROZ ARABE   CHOCLO/POROTOS VERDES   FRUTA ENTERA   TRUTRO DE POLLO ASADO	31			