



Colegio : SANTA SOFIA  
 Comuna : PEÑALOLÉN  
 Región : REGIÓN METROPOLITANA

# Noviembre 2024

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