

Colegio : POLIVALENTE YORK
Comuna: PEÑALOLÉN
Región : REGIÓN METROPOLITANA

Septiembre 2019

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
						1
2 DESAYUNO: Leche Sabor Vainilla Pan Blanco con Mermelada Damasco ALMUERZO: Ens. Tomate Cebolla c/Atun Huevo Revuelto c/ Arroz Graneado Yogurt c/Fruta Picada	3 DESAYUNO: Cereal Laminado Maíz Yogurt Liquido Batido Frutilla ALMUERZO: Budin de Pescado c/ Pure de Papas (Mitad) Ens. Zanahoria Choclo Semola c/Leche y Manza Rallada	4 DESAYUNO: Pan Integral con Queso Te ALMUERZO: Ens. Tomate c/Atun Manzana Entera Nat Porotos c/Tallarines c/ Carne M	5 DESAYUNO: Leche blanca con chocolate amargo Pan Blanco con Huevo Duro ALMUERZO: Ens. Betrarraga Cebolla Filetito de Pollo al Jugo c/ Fideos Espirales Tricolor Pera Entera Nat	6 DESAYUNO: Leche Sabor Vainilla Pan blanco con Tomate oregano ALMUERZO: Charquican con Huevo Duro Ens. Repollo c/Palmitos Manzana Entera Nat	7	8
9 DESAYUNO: Granola Yogurt Liquido Batido Vainilla ALMUERZO: Croquetas de Pescado c/ Mostacholis Zanahoria Ens. Porotos Verdes - Tomate Pera Entera Nat	10 DESAYUNO: Nectar Sabor Durazno Pan Blanco con Pechuga Pavo ALMUERZO: Bavaois frambuesa c/Manz Rallada Churrasco de Vacuno c/ Arroz a la Jardinera Ens. Repollo c/Aceitunas	11 DESAYUNO: Leche Sabor Chocolate Pan Integral con Palta ALMUERZO: Arvejas Guisadas c/Huevo M Comp. Manzana Ens. Tomate c/Atun	12 DESAYUNO: Leche blanca con frutilla Pan Blanco con Huevo Revuelto ALMUERZO: Carne M en SSa. c/ Papas Rusticas Ens. Betrarraga Cebolla Pera Entera Nat	13 DESAYUNO: Leche Sabor Chocolate Pan Integral con Tomate oregano ALMUERZO: Budin de Verduras c/Huevo y Arroz Perla Ens. Lechuga (Preelab) Yogurt c/Fruta Picada	14	15
16 DESAYUNO: Leche Sabor Chocolate Pan Blanco c/ Margarina ALMUERZO: Cerdo en SSa. c/ Espirales Zanahoria Ens. Tomate - Cebolla Manzana Entera Nat	17 DESAYUNO: Cereal Laminado Maíz Yogurt Liquido Batido Frutilla ALMUERZO: Bavaois frambuesa c/Manz Rallada Ens. Lechuga (Preelab) Trutro de Pollo al Jugo c/ Arroz Perla	18	19	20	21	22
23 DESAYUNO: Pan Blanco con Huevo Revuelto Sucedaneo de Cafe ALMUERZO: Churrasco de Vacuno c/ Espirales Zanahoria Ens. Porotos Verdes Semola c/Leche c/Fruta en Conserva	24 DESAYUNO: Leche blanca con frutilla Pan Integral con Palta ALMUERZO: Duraznos en Conserva Ens. Choclo Arvejas Filete Pescado a la chilena (LG) c/ Arroz Graneado	25 DESAYUNO: Avena Yogurt Liquido Batido Vainilla ALMUERZO: Arvejas Guisadas c/Huevo M Ens. Betrarraga Cebolla Pure de Fruta	26 DESAYUNO: Nectar Sabor Durazno Pan Blanco con Queso ALMUERZO: Ens. Tomate Manzana Entera Nat Trutro de Pollo al Jugo c/ Pure de Papas (Mitad)	27 DESAYUNO: Leche Sabor Chocolate Pan Integral con Pechuga Pavo ALMUERZO: Budin de Zapallito c/Huevo y Arroz Perla Ens. Repollo c/Pollo Pera Entera Nat	28	29
30 DESAYUNO: Leche Sabor Chocolate Pan Integral con Queso ALMUERZO: Ens. Coliflor Pino de Atun c/Arroz Graneado Semola c/Leche c/Fruta en Conserva						