

Colegio : POLIVALENTE YORK
Comuna: PEÑALOLÉN
Región : REGIÓN METROPOLITANA

Septiembre 2019

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
						1
2 DESAYUNO: Leche blanca con chocolate amargo Pan Blanco con Margarina ALMUERZO: Ens. Tomate Cebolla c/Atun Huevo Revuelto c/ Arroz Graneado Yogurt c/Manzana Picada	3 DESAYUNO: Cereal Laminado Maiz Yogurt Liquido Batido Frutilla ALMUERZO: Budin de Pescado c/ Pure de Papas (mitad) Ens. Zanahoria Choclo Semola c/Leche y Manz Rallada	4 DESAYUNO: Leche blanca con frutilla Pan Integral con Queso Laminado 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 Filetillo de Pollo al Jugo c/ Fideos Espirales Tricolor Pera Entera Nat	6 DESAYUNO: Leche blanca con frutilla 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: Leche blanca con chocolate amargo Pan Blanco con Pechuga de Pavo ALMUERZO: Bavaois frambuesa c/Manz Rallada Churrasco de Vacuno c/ Arroz a la Jardinera Ens.Repollo c/Aceitunas	11 DESAYUNO: Leche blanca con frutilla Pan Integral con Palta ALMUERZO: Arvejas Guisadas c/Huevo Molido 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 blanca con chocolate amargo Pan Integral con Tomate oregano ALMUERZO: Budin de Verduras c/Huevo y Arroz Perla Ens. Lechuga (Preelab) Yogurt c/Manzana Picada	14	15
16 DESAYUNO: Leche blanca con frutilla Pan Blanco con Margarina ALMUERZO: Cerdo en SSa. c/ Espirales Zanahoria Ens. Tomate - Cebolla Manzana Entera Nat	17 DESAYUNO: Cereal Laminado Maiz Yogurt Liquido Batido Frutilla ALMUERZO: Bavaois frambuesa c/Manz Rallada Ens.Lechuga c/Aceitunas Trutro de Pollo al Jugo c/ Arroz Perla	18	19	20	21	22
23 DESAYUNO: Leche blanca con chocolate amargo Pan Blanco con Huevo Revuelto ALMUERZO: Churrasco de Vacuno c/ Espirales Zanahoria Ens. Porotos Verdes Semola c/Leche y Manz Rallada	24 DESAYUNO: Leche blanca con frutilla Pan Integral con Palta ALMUERZO: Bavaois frambuesa c/Manz Rallada Ens. Choclo Arvejas Filete Pescado a la Chilena (LG) c/ Arroz Graneado	25 DESAYUNO: Avena Yogurt Liquido Batido Vainilla ALMUERZO: Arvejas Guisadas c/Huevo Molido Ens. Betrarraga Cebolla Pure de Fruta	26 DESAYUNO: Leche blanca con chocolate amargo Pan Blanco con Queso Laminado ALMUERZO: Ens. Tomate c/Atun Manzana Entera Nat Trutro de Pollo al Jugo c/ Pure de Papas (mitad)	27 DESAYUNO: Leche blanca con frutilla Pan Integral con Pechuga de Pavo ALMUERZO: Budin de Zapallito c/Huevo y Arroz Perla Ens. Repollo c/Pollo Pera Entera Nat	28	29
30 DESAYUNO: Leche blanca con chocolate amargo Pan Integral con Queso Laminado ALMUERZO: Ens. Coliflor Pino de Atun c/ Arroz Graneado Semola c/Leche y Manz Rallada						