

# SEPTIEMBRE



## semana 1

### lunes 2

- SOPA DE FIDEOS
- CARNE EN GOULASH
- ARROZ BLANCO
- ENSALADA FANTASIA
- PLATANO EN CUBOS
- LENTEJAS RANCHERAS
- JUGO DE MARACUYA
- POSTRE: QUESO CON BOCADILLO

### martes 3

- CUCHUCO DE TRIGO
- POLLO AL HORNO
- ARROZ BLANCO
- ENSALADA TROPICAL 2
- PAPA CASQUITO
- VERDURA CALIENTE
- JUGO DE MANDARINA
- POSTRE: MASMELO RELLENO

### miércoles 4

- CREMA DE POLLO
- SOBREBARRIGA DESMECHADA
- ARROZ AL AJONJOLI
- ENSALADA MELOCOTON
- MONEDITAS DE PLATANO
- PEPINOS
- JUGO DE LULO
- POSTRE WAFER JET

### jueves 5

- CUCHUCO DE MAIZ
- POLLO EN SALSA BECHAMEL
- ARROZ BLANCO
- ENSALADA TROPICAL
- TORTA DE NARANJA
- HABICHUELAS GUIADAS
- JUGO DE MORA
- POSTRE: GELATINA

### viernes 6

- SOPA DE AVENA
- PICADA COLOMBIANA
- ARROZ BLANCO
- PICO DE GALLO
- PAPA CRIOLLA
- FRIJOLE
- JUGO DE NARANJA
- POSTRE: CHOCOBREAK

## semana 2

### lunes 9

- SANCOCHITO
- CARNE ASADA
- ARROZ BLANCO
- ENSALADA MEXICANA
- YUCA DORADA
- CALABACIN CON ARVEJA
- JUGO DE MANGO
- POSTRE: MORDISQUETA

### martes 10

- MAZAMORRA CHIQUITA
- POLLO BBQ
- ARROZ AL PIMENTON
- ENSALADA FESTIVAL
- PAPA CON MAYONESA
- ACELGAS
- JUGO DE FRESA
- POSTRE: GRISSLY CHOCO

### miércoles 11

- CUCHUCO DE CEBADA
- ESTOFADO DE CARNE
- ARROZ BLANCO
- ENSALADA NICOISE
- PATACON
- JUGO DE GUAYABA
- POSTRE: BARRILETE

### jueves 12

- SOPA DE VERDURAS
- ALBONDIGAS
- ARROZ BLANCO
- ENSALADA ROJA
- PURE DE PAPA
- ARVEJAS CASERAS
- JUGO DE NARANJA
- POSTRE: GELATINA DE COLORES

### viernes 13

- SOPA DE LETRAS
- ARROZ CHINO
- TOMATE
- PAPA RUSTICA
- LIMONADA
- POSTRE: HELADO

## semana 3

### lunes 16

- SOPA DE MUTE
- CARNE DE HAMBURGUESA
- ARROZ BLANCO
- ENSALADA CESAR
- PAPA A LA FRANCESA
- POTECA DE AHUYAMA
- JUGO DE MANGO
- POSTRE: PIAZZA JIRAFÁ

### martes 17

- SOPA DE CONCHITAS
- POLLO BROASTER
- ARROZ AL PIMENTON
- ENSALADA HAWAIANA
- TORTA DE MAZORCA
- VERDURA ORIENTAL
- JUGO DE NARANJA
- POSTRE: NUCITA

### miércoles 18

- SOPA DE ARROZ
- CARNE STROGANOFF
- ARROZ BLANCO
- ENSALADA WALDORF
- PLATANO AL HORNO
- GARBANZOS
- JUGO DE MARACUYA
- POSTRE: GALLETA MAMUT

### jueves 19

- CREMA DE ESPARRAGOS
- NUGGETS DE POLLO
- ARROZ AL PEREJIL
- ENSALADA MULTICOLOR
- PAPA GRATINADA
- TORNILLOS DE COLORES
- JUGO DE MORA
- POSTRE: FRUNAS

### viernes 20

- FRIJOLADA
- CARNE MOLIDA
- ARROZ BLANCO
- MIX DE AGUACATE
- AREPA BLANCA
- LIMONADA
- POSTRE: ROLETO PASION

## semana 4

### lunes 23

- CEBADA PERLADA
- ATUN
- ARROZ CON VERDURA
- ENSALADA FIESTA
- PLATANO EN CASCABEL
- JUGO DE MANGO
- POSTRE: QUESO CON AREQUIPE

### martes 24

- CREMA DE AHUYAMA
- POLLO EN SALSA NAPOLITANA
- SPAGUETTIS
- MIX DE FRUTAS
- PAN
- JUGO DE LULO
- POSTRE: BIGBEN

### miércoles 25

- SOPA DE COLICERO
- CARNE EN BISTECK
- ARROZ TIGRE
- TOMATE EN CUADRITOS
- ENSALADA RUSA
- JUGO DE MANDARINA
- POSTRE: DURAZNOS EN ALMIBAR

### jueves 26

- SOPA DE AVENA
- ROBALO
- ARROZ BLANCO
- ENSALADA COSTEÑA
- TORTA DE AHUYAMA
- MAZORCA
- JUGO NARANJA PIÑA
- POSTRE: CHOCOLATINA

### viernes 27

- AJIACO
- POLLO DESMECHADO
- ARROZ BLANCO
- TAJADA DE AGUACATE
- TAJADA DE PLATANO
- LIMONADA
- POSTRE: ESPONJADO DE MORA

## semana 5

### lunes 30

- SOPA DE PATACON
- CARNE EN MANTEQUILLA
- ARROZ BLANCO
- ENSALADA HORTALIZAS
- PAPA SALADA
- LENTEJAS
- JUGO DE MORA
- POSTRE: MERENGUE

CREMA O SOPA  
ALIMENTO PROTEICO  
CEREAL  
TUBERCULO O PLÁTANO  
PRINCIPIO  
VERDURAS / ENSALADA BARRA (OPCIONAL)  
JUGO  
POSTRE

