



PROGRAMACIÓN DE MENÚS

ESTIMADO ESTUDIANTE, LA DIRECCIÓN DE BIENESTAR DA A CONOCER LA PROGRAMACIÓN DE MENÚ DEL 25 AL 30 DE NOVIEMBRE 2024

DESCRIPCIÓN	LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29	SÁBADO 30
DESAYUNO	SOYA LECHE PAN C/ POLLO C/ APIO PAN C/ MANJARBLANCO	MACA C/ LECHE JUGO DE PAPAYA PAN C/ HAMBURGUESA C/ PAPAS FRITAS PAN C/ MERMELADA	MACA C/ AVENA FRUTA PAN C/ SALTADO DE POLLO PAN C/ CAMOTE FRITO	SOYA C/ LECHE JUGO DE PAPAYA PAN C/ ATÚN (2)	AVENA C/ LECHE FRUTA PAN C/ PAVO C/ SARSA CRIOLLA (2)	AVENA CAFÉ PAN C/ CHICHARRON C/ CAMOTE FRITO C/ SARSA CRIOLLA (2)
VALOR NUTRICIONAL	485,0 KCAL 17,0 G PROTEINAS 13,50 G LÍPIDOS 87,5 G CARBOHIDRATOS	481,0 KCAL 16,2 G PROTEINAS 14,2 G LÍPIDOS 88,0 G CARBOHIDRATOS	483,2 KCAL 14,7 G PROTEINAS 12,2 G LÍPIDOS 88,7 G CARBOHIDRATOS	481,5 KCAL 15,1 G PROTEINAS 13,0 G LÍPIDOS 86,0 G CARBOHIDRATOS	480,2 KCAL 16,2 G PROTEINAS 12,1 G LÍPIDOS 86,3 G CARBOHIDRATOS	483,0 KCAL 18,2 G PROTEINAS 12,0 G LÍPIDOS 88,7 G CARBOHIDRATOS
ALMUERZO	PAPA EN CREMA DE ROCOTO	WANTAN EN SALSAS DE TAMARINDO	SOPA DE FRIJOLES	SOPA DE GALLINA	SOPA DE VERDURAS	ENSALADA FRESCAS
	TALLARINES VERDE C/ POLLO AL HORNO	AJI DE MARISCOS c/PAPA SANCOCHADA	GARBANZOS A LA ESPAÑOLA	SALTADO DE POLLO C/ PAPAS SANCOCHADA	PANAMITO C/ PAVO AL JUGO	SECO DE POLLO C/ YUCA
	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
	CHICHA MORADA	TORONJIL	HIERBA LUISA	MANZANILLA	INFUSIÓN DE HIERBA LUISA	CEBADA
VALOR NUTRICIONAL	1.180,0 KCAL 40,0 G PROTEINAS 38,2 G LÍPIDOS 159,5 G CARBOHIDRATOS	1.198,0 KCAL 41,7 G PROTEINAS 38,1 G LÍPIDOS 162,5 G CARBOHIDRATOS	1.163,0 KCAL 40,3 G PROTEINAS 35,5 G LÍPIDOS 158,0 G CARBOHIDRATOS	1.170,0 KCAL 41,2 G PROTEINAS 39,6 G LÍPIDOS 161,6 G CARBOHIDRATOS	1.176,0 KCAL 40,3 G PROTEINAS 39,6 G LÍPIDOS 160,6 G CARBOHIDRATOS	1.178,0 KCAL 39,0 G PROTEINAS 39,5 G LÍPIDOS 178,0 CARBOHIDRATOS
CENA	FIDEOS AL ALFREDO C/ HAMBURGUESA MAZAMORRA DE SEMOLA EMOLIENTE	LENTEJITAS C/ POLLO AL HORNO MAZAMORRA DE GELATINA INFUSIÓN	MILANESA DE POLLO C/ ENSALADA RUSA ARROZ C/ LECHE INFUSIÓN	ARROZ C/ POLLO C/ ENSALADA MAZAMORRA DE GUINDONRES INFUSIÓN	TALLARIN ROJO CON PAVO AL JUGO MAZAMORRA MORADA INFUSIÓN	
	VALOR NUTRICIONAL	720,1 KCAL 25,9 G PROTEINAS 10,70 G LÍPIDOS 85,8 G CARBOHIDRATOS	723 KCAL 18,40 G PROTEINAS 10,9 G LÍPIDOS 87,4 G CARBOHIDRATOS	731 KCAL 24,40 G PROTEINAS 10,83 G LÍPIDOS 126,4 G CARBOHIDRATOS	725,5 KCAL 18,7 G PROTEINAS 11,25 G LÍPIDOS 87,2 G CARBOHIDRATOS	710,5 KCAL 19,7 G PROTEINAS 11,70 G LÍPIDOS 86,3 G CARBOHIDRATOS

Mg. Inga A. Yaneth

Villa El Salvador, 20 de noviembre del 2024



Mg. Yaneth Inga Abad
NUTRICIONISTA
C.N.F. 1782