



# PROGRAMACIÓN DE MENÚS

## PROGRAMACIÓN DE MENÚS DEL 15 AL 19 DE SETIEMBRE 2025

| DESCRIPCIÓN       | LUNES 15                                                                        | MARTES 16                                                                     | MIÉRCOLES 17                                                                  | JUEVES 18                                                                     | VIERNES 19                                                                       |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| <b>DESAYUNO</b>   | AVENA C/ COCOA<br>PAN C/ QUESO EDAM<br>PAN C/ JAMONADA                          | CHOCOLATADA<br>PAN C/ HUEVO FRITO<br>PAN C/ MERMELADA                         | AVENA C/ QUINUA<br>PAN C/ QUESO<br>PAN C/ MANJARBLANCO                        | KIWICHA C/ MACA<br>PAN C/ MIXTO<br>PAN C/ MERMELADA                           | SIETE SEMILLAS C/<br>AVENA<br>PAN C/ SALCHICHA<br>PAN C/ MANTEQUILLA             |
| VALOR NUTRICIONAL | 442,0 KCal<br>17,34 G. PROTEÍNAS<br>17,0 G. LÍPIDOS<br>86,0 G CARBOHIDRATOS     | 450,0 KCal<br>16,2 G. PROTEÍNAS<br>17,0 G. LÍPIDOS<br>87,2 G CARBOHIDRATOS    | 474,5 KCal<br>15,17 G. PROTEÍNAS<br>11,3 G. LÍPIDOS<br>88,5 G CARBOHIDRATOS   | 482,0 KCal<br>15,10 G. PROTEÍNAS<br>13,00 G. LÍPIDOS<br>85,0 G CARBOHIDRATOS  | 481,0 KCal<br>17,1 G. PROTEÍNAS<br>14,0 G. LÍPIDOS<br>85,8 G CARBOHIDRATOS       |
| <b>ALMUERZO</b>   | ENSALADA MIXTA                                                                  | SOPA BLANCA                                                                   | SOPA DE PESCADO                                                               | SALPICON DE VERDURAS                                                          | SOPA DE VERDURAS                                                                 |
|                   | POLLO AL HORNO C/<br>LENTEJITAS                                                 | CHULETA DE CERDO C/<br>PAPA SANCOCHADA C/<br>SARSA CRIOLLA                    | CHICHARRÓN DE<br>PESCADO C/ YUCA FRITA<br>C/ SARSA CRIOLLA                    | GARBANZOS A LA<br>ESPAÑOLA                                                    | ASADO DE PAVO C/<br>PEPIAN                                                       |
|                   | FRUTA                                                                           | FRUTA                                                                         | FRUTA                                                                         | MAZAMORRA LIMÓN                                                               | FRUTA                                                                            |
|                   | CHICHA MORADA                                                                   | EMOLIENTE                                                                     | LIMONADA                                                                      | CEBADA                                                                        | MARACUYA                                                                         |
| VALOR NUTRICIONAL | 1.179,0 KCal<br>40,20 G. PROTEÍNAS<br>38,8 G. LÍPIDOS<br>160,50 G CARBOHIDRATOS | 1.198 KCal<br>41,27 G. PROTEÍNAS<br>38,17 G. LÍPIDOS<br>158,5 G CARBOHIDRATOS | 1.183,0 KCal<br>42,3 G. PROTEÍNAS<br>40,5 G. LÍPIDOS<br>157,0 G CARBOHIDRATOS | 1.175,0 KCal<br>40,4 G. PROTEÍNAS<br>38,6 G. LÍPIDOS<br>156,6 G CARBOHIDRATOS | 1.187,0 KCal<br>42,60 G. PROTEÍNAS<br>37,45 G. LÍPIDOS<br>158,90 G CARBOHIDRATOS |
| <b>CENA</b>       | ARROZ CHAUFA MIXTO                                                              | MILANESA DE POLLO C/<br>PAPAS FRITAS C/<br>ENSALADA                           | PURE C/ BISTECK                                                               | SECO DE CARNE C/ PAPA<br>SANCOCHADA                                           | POLLO AL MANI C/ PAPA<br>SANCOCHADA                                              |
|                   | DULCE DE CORBATITAS                                                             | FRUTA                                                                         | ARROZ C/ LECHE                                                                | KEKE VAINILLA                                                                 | FRUTA                                                                            |
|                   | EMOLIENTE                                                                       | INF. CEDRON                                                                   | INF. MANZANILLA                                                               | INF. HIERBA LUISA                                                             | INF. MENTA                                                                       |
| VALOR NUTRICIONAL | 750,0 KCal<br>19,20 G. PROTEÍNAS<br>14,0 G. LÍPIDOS<br>88,7 G CARBOHIDRATOS     | 722,0 KCal<br>18,4 G. PROTEÍNAS<br>10,9 G. LÍPIDOS<br>87,4 G CARBOHIDRATOS    | 731,0 KCal<br>24,4 G. PROTEÍNAS<br>14,0 G. LÍPIDOS<br>98,4 G CARBOHIDRATOS    | 725,5 KCal<br>18,7 G. PROTEÍNAS<br>11,5 G. LÍPIDOS<br>88,2 G CARBOHIDRATOS    | 735,5 KCal<br>19,9 G. PROTEÍNAS<br>14,50 G. LÍPIDOS<br>88,80 G CARBOHIDRATOS     |

**MG. YANETH INGA A.**



Villa el Salvador; 09 de setiembre del 2025.

Mg. Yaneth Inga A.  
NUTRICIONISTA  
C.N.P. 1782