



# PROGRAMACIÓN DE MENÚS

## PROGRAMACIÓN DE MENÚS DEL 13 AL 17 DE OCTUBRE 2025

| DESCRIPCIÓN       | LUNES 13                                                                      | MARTES 14                                                                     | MIÉRCOLES 15                                                                  | JUEVES 16                                                                     | VIERNES 17                                                                    |
|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| <b>DESAYUNO</b>   | AVENA C/ KIWICHA<br>PAN C/ JAMÓN Y QUESO                                      | MACA C/ LECHE<br>PAN C/ SANGRESITA (2)                                        | QUINUA C/ AVENA<br>PAN C/ QUESO FRESCO<br>PAN C/ MERMELADA                    | AVENA C/ QUINUA<br>PAN/ ASADO DE RES<br>PAN C/ JAMONADA                       | JUGO DE FRESA<br>PAN C/ JAMONADA<br>REVUELTO C/ HUEVO                         |
| VALOR NUTRICIONAL | 472,0 KCAL<br>16,0 G. PROTEÍNAS<br>16,0 G. LÍPIDOS<br>87,0 G CARBOHIDRATOS    | 474,2 KCAL<br>16,0 G. PROTEÍNAS<br>14,3 G. LÍPIDOS<br>87,5 G CARBOHIDRATOS    | 482,0 KCAL<br>16,2 G. PROTEÍNAS<br>16,0 G. LÍPIDOS<br>88,0 G CARBOHIDRATOS    | 480,0 KCAL<br>16,4 G. PROTEÍNAS<br>12,3 G. LÍPIDOS<br>87,8 G CARBOHIDRATOS    | 470,0 KCAL<br>14,4 G. PROTEÍNAS<br>12,3 G. LÍPIDOS<br>85,8 G CARBOHIDRATOS    |
| <b>ALMUERZO</b>   | PAPA C/ CREMA AL<br>PIMIENTO                                                  | MENESTRON                                                                     | SOPA DE MORON                                                                 | ENSALADA FRESCA                                                               | CREMA DE ZAPALLO                                                              |
|                   | PANAMITO C/ SALTADO<br>DE CARNE                                               | ARROZ A LA<br>CHICLAYANA C/ POLLO                                             | TALLARINES ROJO<br>CARNE                                                      | GARBANZOS C/ POLLO<br>AL JUGO                                                 | FRIJOLES C/ FILETE DE<br>POLLO C/ ENSALADA                                    |
|                   | FRUTA                                                                         | FRUTA                                                                         | FRUTA                                                                         | FRUTA                                                                         | TURRON                                                                        |
|                   | COCONA                                                                        | CHICHA MORADA                                                                 | INF. CEDRÓN                                                                   | EMOLIENTE                                                                     | CARAMBOLA                                                                     |
| VALOR NUTRICIONAL | 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>42,0 G. PROTEÍNAS<br>41,5 G. LÍPIDOS<br>159,0 G CARBOHIDRATOS | 1,170,0 KCAL<br>42,0 G. PROTEÍNAS<br>40,0 G. LÍPIDOS<br>157,0 G CARBOHIDRATOS | 1,188,0 KCAL<br>42,8 G. PROTEÍNAS<br>41,0 G. LÍPIDOS<br>159,0 G CARBOHIDRATOS |
| <b>CENA</b>       | BISTECK A LO POBRE                                                            | AJIACO DE OLLUCO C/<br>FILETE DE POLLO                                        | SUDADO DE PESCADO C/<br>CAMOTE                                                | CORAZON DE RES C/<br>PAPA SANCOCHADA C/<br>ENSALADA                           | TALLARIN C/ POLLO C/<br>CHAMPIÑONES                                           |
|                   | FRUTA                                                                         | FRUTA                                                                         | FRUTA                                                                         | FRUTA                                                                         | FRUTA                                                                         |
|                   | INF. CEDRÓN                                                                   | HIERBA LUISA                                                                  | INF. MANZANILLA                                                               | INF. TORONJIL                                                                 | INF. TORONJIL                                                                 |
| VALOR NUTRICIONAL | 725,5 KCAL<br>18,7 G. PROTEÍNAS<br>11,5 G. LÍPIDOS<br>98,2 G CARBOHIDRATOS    | 731,0 KCAL<br>24,4 G. PROTEÍNAS<br>14,0 G. LÍPIDOS<br>98,4 G CARBOHIDRATOS    | 745,0 KCAL<br>23,0 G. PROTEÍNAS<br>14,70 G. LÍPIDOS<br>98,1 G CARBOHIDRATOS   | 730,0 KCAL<br>23,2 G. PROTEÍNAS<br>14,2 G. LÍPIDOS<br>98,2 G CARBOHIDRATOS    | 732,0 KCAL<br>23,9 G. PROTEÍNAS<br>14,0 G. LÍPIDOS<br>98,4 G CARBOHIDRATOS    |

NOTA: Programación de menú sujeto a modificación.

**MG. YANETH INGA A.**

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



Villa el Salvador; 10 de octubre del 2025.