

UNIVERSIDAD NACIONAL TECNOLÓGICA LIMA SUR
PROGRAMACIÓN DE MENÚS DEL 11 AL 15 DE MAYO - COMEDOR UNIVERSITARIO

DESCRIPCIÓN	11 mayo	12 mayo	13 mayo	14 mayo	15 mayo
DESAYUNO	CAFÉ CON LECHE PAN CON QUESO MANTECOSO PAN CON JAMON FRUTA 495 KCAL 25 GR PROTEÍNA	CAÑIHUA CON LECHE PAN CON ATÚN PAN CON MERMELADA FRUTA 590 KCAL 26 GR PROTEÍNAS	MACA CON LECHE PAN CON SALCHICHA DE HUACHO PAN CON ACEITUNA FRUTA 610 KCAL 28 GR, PROTEÍNAS	KIWICHA CON LECHE PAN CON QUESO FRESCO PAN CON MANJAR FRUTA 585 KCAL 28 GR PROTEÍNAS	AVENA CON LECHE PAN CON HUEVO DURO PAN CON GUACAMOLE FRUTA 575 KCAL 27 GR PROTEÍNAS
ALMUERZO	CALDILLO DE HUEVOS CAU CAU DE MONDONGO ARROZ FRUTA EMOLIENTE 1195 KCAL 44 GR PROTEÍNAS	ENSALADA DE CODITOS LOCRO DE RES ARROZ FRUTA REFRESCO MEMBRILLO 1220 KCAL 45 GR PROTEÍNAS	SOPA DE QUINUA CEBICHE DE POLLO YUCA ARROZ FRUTA CHICHA MORADA 1175 KCAL 45 GR PROTEÍNAS	SOPA SUSTANCIA ARROZ CHAUFA CON CERDO ORIENTAL FRUTA REFRESCO DE MANZANA 1255 KCAL 43 G PROTEÍNAS	ENSALADA RUSA QUINUA GUISADA LOMITO AL JUGO CHALAQUITA DE CAIGUA FRUTA REFRESCO DE COCONA 1235 KCAL 47 GR PROTEÍNAS
CENA	FILETE DE CORAZON A LA PARRILLA, PICANTE DE HABAS ARROZ POSTRE INFUSIÓN 950 KCAL 41 GR PROTEÍNAS	ESTOFADO DE POLLO CAMOTE ARROZ FRUTA INFUSIÓN 915 KCAL 39 GR PROTEÍNAS	ARROZ TAPADO PLATANO FRITO POSTRE INFUSIÓN 965 KCAL 40 GR PROTEÍNAS	TALLARINES VERDES HIGADO FRITO FRUTA INFUSIÓN 950 KCAL 39 GR, PROTEÍNAS	ADOBO DE CERDO YUCA ARROZ POSTRE INFUSIÓN 970 KCAL 38 GR, PROTEÍNAS

NOTA: La programación de menú está sujeta a modificación

Villa-El Salvador 8 de mayo del 2026



Lic. ND. Milagritos Díaz Cáceres
 Nutricionista Comedor Universitario
 CNP. 1235