



UNIVERSIDAD NACIONAL TECNOLÓGICA DE LIMA SUR

PROGRAMACIÓN DE MENÚS DEL 31 DE AGOSTO AL 04 DE SEPTIEMBRE - COMEDOR UNIVERSITARIO

DESCRIPCIÓN	31 Agosto	1 Setiembre	2 Setiembre	3 Setiembre	4 Setiembre
DESAYUNO 	CAÑIHUA CON LECHE PAN QUESO EDAM PAN CON ACEITUNA 515 KCAL 26 GR PROTEÍNAS	PONCHE DE MAÍZ CON LECHE PAN CON POLLO PAN CON MERMELADA 500 KCAL 28 GR, PROTEÍNAS	7 SEMILLAS CON LECHE PAN CON HUEVO PICADO PAN CON MANTEQUILLA FRUTA 590 KCAL 26 GR PROTEÍNA	PONCHE DE HABAS CON LECHE PAN CON QUESO EDAM PAN CON ACEITUNA FRUTA 570 KCAL 28 GR PROTEÍNAS	MACA CON LECHE PAN CON LOMITO PAN CON MANJAR FRUTA 565 KCAL 27 GR PROTEÍNAS
ALMUERZO 	CONSOME DE POLLO FRIJOLES GUIADOS POLLO A LA CACEROLA SARSA DE CAIGUA REFRESCO MARACUYÁ 1100 KCAL 40 GR PROTEÍNAS	ENSALADA DE FIDEOS PICANTE DE HABAS HUEVO SANCOCHADO ENCURTIDO HBA LUISA CON LIMÓN 1200 KCAL 36 GR PROTEÍNAS	SOPA DE QUINUA OLLUQUITO CRIOLLO CON POLLO ARROZ FRUTA REFRESCO LINAZA 1110 KCAL 40 GR PROTEÍNAS	ENSALADA COCIDA TALLARINES VERDES CON BISTEC AL JUGO FRUTA REFRESCO MENTA C/LIMÓN 1160 KCAL 40 GR PROTEÍNAS	SOPA DE TRIGO QUINUA A LA JARDINERA HUEVO FRITO Y SARSA CRIOLLA ARROZ FRUTA LIMÓN 1212 KCAL 35 G PROTEÍNAS
CENA 	OLLUQUITO GUIADO HUEVO FRITO ARROZ POSTRE INFUSION DE CEDRÓN 895 KCAL 28 GR PROTEÍNAS	QUINUA GUIADA CON POLLO ENSALADA DE PEPINILLOS ARROZ POSTRE INFUSIÓN DE MANZANILLA 910 KCAL 35 GR, PROTEÍNAS	TALLARINES ROJOS CON ASADO POSTRE INFUSIÓN DE HBA LUISA 940 KCAL 37 GR, PROTEÍNAS	PEPIAN DE CHOCLO HUEVO DURO ARROZ POSTRE INFUSIÓN DE TORONJIL 845 KCAL 28 GR PROTEÍNAS	PASTEL DE PAPA POLLO AL HORNO ARROZ POSTRE INFUSIÓN DE ANIS 935 KCAL 33 GR, PROTEÍNAS

NOTA: La programación de menú está sujeta a modificación
 Villa El Salvador 28 de agosto del 2026

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