## UNIVERSIDAD NACIONAL TECNOLÓGICA DE LIMA SUR

### PROGRAMACIÓN DE MENÚS DEL 17 AL 20 DE NOVIEMBRE - COMEDOR UNIVERSITARIO

| DESCRIPCIÓN | LUNES | MARTES | MIERCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---|---|---|---|---|---|
| **DESAYUNO** | **FERIADO** | CAÑIHUA CON LECHE<br>PAN CON HUEVOS REVUELTOS C/QUESO<br>PAN CON MANJAR<br>**485 KCAL**<br>**28 GR PROTEÍNAS** | KIWICHA CON LECHE<br>PAN CON JAMÓN<br>PAN CON MERMELADA<br>**445 KCAL**<br>**26 GR PROTEÍNAS** | MACA CON LECHE<br>PAN CON ATÚN<br>PAN CON ACEITUNA<br>**470 KCAL**<br>**27 GR PROTEÍNAS** | AVENA CHOCOLATADA<br>PAN CON QUESO<br>PAN CON MANTEQUILLA<br>**450 KCAL**<br>**28 GR PROTEÍNAS** |
| **ALMUERZO** | **FERIADO** | SOPA DE CASA<br>PANAMITO GUISADO<br>PESCADO FRITO + SARSA CRIOLLA<br>ARROZ<br>REFRESCO<br>POSTRE<br>**1185 KCAL**<br>**46 GR PROTEÍNAS** | MOTE CON QUESO<br>CARAPULCRA DE POLLO<br>SARSA DE RABANITO + YUCA<br>ARROZ<br>REFRESCO<br>POSTRE<br>**1055 KCAL**<br>**35 GR PROTEÍNAS** | CAZUELA<br>POLLO A LA CACEROLA<br>CAMOTE<br>ARROZ<br>REFRESCO<br>POSTRE<br>**1065 KCAL**<br>**33 G PROTEÍNAS** | ENSALADA FRESCA<br>POLLO AL HORNO<br>PURÉ DE PAPA<br>ARROZ<br>REFRESCO<br>POSTRE<br>**1020 KCAL**<br>**36 GR PROTEÍNAS** |
| **CENA** | **FERIADO** | MILANESA DE TILAPIA<br>REVUELTO DE VAINITAS<br>ARROZ<br>POSTRE<br>INFUSIÓN<br>**990 KCAL**<br>**36 GR, PROTEÍNAS** | ESPAGUETI EN SALSA DE TOMATE<br>FILETE DE TILAPIA<br>POSTRE<br>INFUSIÓN<br>**960 KCAL**<br>**34 GR, PROTEÍNAS** | POLLO EN SALSA DE AJÍ<br>PAPA<br>ARROZ<br>POSTRE<br>INFUSIÓN<br>**950 KCAL**<br>**36 GR, PROTEÍNAS** | POLLADA<br>PAPA DORADA + ENSALADA FRESCA<br>ARROZ<br>POSTRE<br>INFUSIÓN<br>**990 KCAL**<br>**36 GR, PROTEÍNAS** |

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

Firmado digitalmente por:
BALSECA SANCHEZ Filomena
FAU 20502245032 hard
Motivo: Doy V° B°
Fecha: 13/11/2026 10:25:56-0500