**GIMNASIO CAMPESTRE LA SALETTE**

**“Educación para la vida”**

**Menú No. 2 - del 04 de Marzo al 05 de Abril de 2024**

**Menú Nº 3/2015**

**Del 09 de Abril al 07 De Mayo**

**de**

[](http://www.google.com/imgres?imgurl=http://lh4.ggpht.com/_Dr33wjhiolA/TETC-6jQFwI/AAAAAAAAMWE/8JSvllKJe7M/chef%5b4%5d.jpg&imgrefurl=http://himajina.blogspot.com/2010/07/dia-nacional-del-chef-personal.html&usg=__yOQ89DuaMMGYD-SWGdrrraiaxTw=&h=452&w=240&sz=21&hl=es&start=582&zoom=1&tbnid=mSWXtzOKpnaabM:&tbnh=116&tbnw=62&ei=HtuVTbXSEcSctwe-uajrCw&prev=/images?q=chef&um=1&hl=es&sa=N&biw=1259&bih=549&tbs=isch:1&chk=sbg&um=1&itbs=1&iact=rc&dur=218&oei=EtuVTcCwF4mhtweIw5z6Cw&page=26&ndsp=21&ved=1t:429,r:3,s:582&tx=45&ty=42)

CESTFRUT

**Todos los días con el almuerzo jugo natural y postre**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **LUNES 04** | **MARTES 05** | **MIERCOLES 06** | **JUEVES 07** | **VIERNES 08** | **LUNES 11** | **MARTES 12** | **MIERCOLES 13** | **JUEVES 14** | **VIERNES 15** | **LUNES 18** | **MARTES 29** | **MIERCOLES 20** | **JUEVES 21** | **VIERNES 22** | **MARTES 02** | **MIERCOLES 03** | **JUEVES 04** | **VIERNES 05** |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **A** | **L** | **M** | **U** | **E** | **R** | **Z** | **O** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **SOPAS, CREMAS O FRUTA** | PORCION DE FRUTA | AJIACO SANTAFEREÑO | SOPA DE PATACON | CREMA DE ZAPAYO | SANCHOCO DE PESCADO |  |  | PORCION DE FRUTA | SOPA DE CUCHUCO | PORCION DE FRUTA | CREMA DE CHAMPIÑONES |  | CREMA DE AHUYAMA | CONSOME O PORCION DE FRUTA | SOPA DE ARRACACHA | CREMA DE POLLO | SOPA DE VERDURAS | CREMA DE ZANAHORIA |  |  |  |  |  |
| **CEREAL** | ARROZ BLANCO | ARROZ BLANCO | ARROZ CON FIDEOS | ARROZ BLANCO | ARROZ BLANCO | ARROZ BLANCO |  | ARROZ BLANCO | ARROZ AL PIMENTON | ARROZ CON POLLO | ARROZ CAMPESINO | ARROZ BLANCO | ARROZ AL PEREJIL |  | ARROZ BLANCO | ARROZ CON ARVEJA | ARROZ AL PEREJIL | ARROZ ORIENTAL |  |  |  |  |  |
| **PROTEICO** | CARNE ASADA | POLLO DESMENUSADO | PECHUGA DE POLLO A LA MILANESA | SOBREBARRIG DESMECHADA | FILETE DE PESCADO CON SALSA TARTARA | CARNE ASADA |  |  | CARNE EN BISTEC |  | COLOMBINA DE POLLO DORADA | CARNE MOLIDA | CERDO ENCEBOLLADO | POLLO A LA CARBONARA | POLLO SUDADO |  |  | CUBITOS DE CARNE EN SALSA DE SOYA |  |  |  |  |  |
| **PROTEICO** |  |  |  |  |  | PECHUGA ASADA | MENU ITALIANO | PECHUGA A LA PLANCHA |  |  |  |  |  | CARNE A LA BOLOÑESA |  | ALBONDIGAS A LA LIONESA | CORDON BLUE | CUBITOS DE POLLO TERIYAKI | MENU MEXICANO |  |  |  |  |
| **PRINCIPIO** | GARBANZOS A LA MADRILEÑA |  |  |  |  | MARZORCA ASADA |  | LENTEJAS RANCHERAS |  |  |  | CAZUELA DE FRIJOLES ANTIOQUEÑOS |  | ESPAGUETTI |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **FARINÁCEO** | PATACON | TAJADAS | PAPAS CASQUITO | CRIOLLITAS | PATACON | PLATANO ASADO |  | PAPA SALADA | TORREJAS DE AVENA | PAPAS CHIP | ABORRAJADOS | PAPA SALADA | CROQUETAS DE YUCA | PAN FRANCES | PAPA Y YUCA SUDADA | PURE DE PAPA | ENSALADA RUSA | PAPAS CHIP |  |  |  |  |  |
| **ENSALADA** | BARRA | TAJADA DE AGUACATE | BARRA | BARRA | BARRA | GUACAMOLE |  | BARRA | TORTA DE ACELGA | RODAJAS DE PEPINO Y TOMATE AL PEREJIL | BARRA | ENSALADA DE AGUACATE | BARRA | ENSALADA CESAR | ENSALADA DE REMOLACHA | BARRA | ENSALADA DE FRUTAS | CHOP SUEY |  |  |  |  |  |

NOTA: \* Una alimentación apropiada desde la niñez promueve buenos hábitos alimenticios y favorece un óptimo estado nutricional, recuerde que esta etapa más adecuada para comenzar a educar e inculcar buenos hábitos.

* **Estudiantes con dieta el menú es de acuerdo a las especificaciones del médico o nutricionista.**