**GIMNASIO CAMPESTRE LA SALETTE**

**“Educación para la vida”**

**Menú No. 5 - del 03 de Junio al 21 de julio de 2025**

**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**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **MARTES 03** | **MIERCOLES 04** | **JUEVES 05** | **VIERNES 06** | **LUNES 09** | **MARTES 10** | **MIERCOLES 11** | **JUEVES 12** | **VIERNES 13** | **LUNES 16** | **MARTES 17** | **MIERCOLES 18** | **JUEVES 19** | **VIERNES 20** | **MARTES 15** | **MIERCOLES 16** | **JUEVES 17** | **VIERNES 18** | **LUNES 21** |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **A** | **L** | **M** | **U** | **E** | **R** | **Z** | **O** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **SOPAS, CREMAS O FRUTA** | SOPA DE CONCHITAS | AJIACO SANTAFEREÑO | PORCION DE FRUTA | SOPA DE  COLI | SOPA DE CONSOME |  | PORCION DE FRUTA | CREMA DE AHUYAMA | SOPA DE PATACON | PORCION DE FRUTA |  | SOPA DE CUCHUCO | SOPA DE SANCOCHO | CREMA DE CHAMPIÑONES | CREMA DE CHOCLO |  | SOPA DE CONCHITAS | PORCION DE SANDIA | PORCION DE FRUTA |  |  |  |  |
| **CEREAL** | ARROZ BLANCO | ARROZ BLANCO | ARROZ BLANCO | ARROZ CON ARBEJA | ARROZ CON POLLO | ARROZ BLANCO |  | ARROZ AL PEREJIL | ARROZ CON FIDEOS | ARROZ BLANCO |  | ARROZ AL PEREJIL | ARROZ CON COCO | ARROZ CAMPESINO | ARROZ CON ARVEJA |  | ARROZ CON ARBEJA | ARROZ ORIENTAL | ARROZ CON ZANAHORIA |  |  |  |  |
| **PROTEICO** |  | POLLO DESMENUSADO |  |  |  | CAZUELA DE FRIJOLES ANTIOQUEÑOS | POLLO A LA CARBONARA | CERDO TERIYAKI CON AJONJOLI | CORDON BLUE | PECHUGA A LA PLANCHA |  |  |  | COLOMBINA DE POLLO DORADA |  |  |  | CUBITOS DE CARNE EN SALSA DE SOYA |  |  |  |  |  |
| **PROTEICO** | POLLO CON CHAMPIÑONES |  | CARNE A LA PLANCHA | COSTILLITAS  BBQ | HUEVO DE CODORNIZ | PANCETA | CARNE BOLOÑESA |  |  |  | **MENU SALIDA PEDAGOGICA** | NUGGETS DE POLLO | FILETE DE PESCADO A LA PLANCHA |  | ALBONDIGAS A LA LIONESA | **MENU MEXICANO** | CARNE GOULASH | CUBITOS DE POLLO TERIYAKI | CHURRASCO CON CHIMICHURRI |  |  |  |  |
| **PRINCIPIO** |  |  | LENTEJAS RANCHERAS |  |  | HUEVO FRITO | ESPAGUETTI |  |  | GARBANZOS A LA MADRILEÑA |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **FARINÁCEO** | PURE DE PAPA | TAJADAS | PAPA EN CASQUITOS | CRIOLLITAS | PAPA FRANCESA | TAJADAS | PAN FRANCES CON MANTEQUILLA DE AJO | CROQUETAS DE YUCA GRATINADAS | ENSALADA RUSA | PATACON |  | PAPA FRANCESA | CASQUITOS DE PAPA CON PAPRIKA | ABORRAJADOS | PURE DE PAPA |  | PLATANITOS TENTACION | PAPAS CHIP | PATACON |  |  |  |  |
| **ENSALADA** | BARRA | TAJADA DE AGUACATE | BARRA | GUACAMOLE | RODAJAS DE PEPINO Y TOMATE | AGUACATE | ENSALADA CAPRESE | BARRA | ENSALADA DE FRUTAS | BARRA |  | ENSALADA DE FRUTAS | ENSALADA DE MANGO, AGUACATE Y CEBOLLA ROJA | BARRA | TORTA DE ACELGA |  | BARRA | CHOP SUEY | BARRA |  |  |  |  |

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.**