

TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO

Ítem	PREPARACIÓN / DÍA	Lunes 30	Martes 1	Miércoles 02	Jueves 03	Viernes 04				
1	SOPA / CREMA	ABRIL	FESTIVO	Sopa de fideos	sancocho	Sancochito	Fin de semana			
2	PROTEICO			Carne molida	arroz blanco	Fajitas de res a la BBQ				
3	CEREAL			Arroz al pimentón	Platano	Arroz con fideos				
4	TUBÉRCULO (RTP)			Tajadas de plátano	yuca,papa	Papa postiza				
5	LEGUMINOSA - VERDURA			Frijol rojo		---				
6	ENSALADA (Legumbres y Verduras)			ABRIL	FESTIVO	Barra		Aguacate	mazorca	Melón
								pepino cohombro		Mango
								Tomate		Zanahoria rallada
		Lechuga					Brunoise de piña calada			
		Vinagreta					Crema de leche azucarada			
7	JUGO			Limonada	Lulo	Naranjada				
8	POSTRE			Mini hojaldra	postre	Galleta Bocado				



TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO

Ítem	PREPARACIÓN / DÍA	Lunes 07	Martes 08	Miércoles 09	Jueves 10	Viernes 11	
1	SOPA / CREMA	Sopa tres granos	Sopa de Arroz	Sopa de verduras	Crema de pollo	Sopa de mazorca	Fin de semana
2	PROTEICO	Estofado de res en salsa demiglase	alitas broaster	Albondigas napolitanas	carne molida	Filete de pescado apanado	
3	CEREAL	Arroz hulk	macarrones en leche	Spaguetis a la criolla	arroz blanco	Arroz blanco	
4	TUBÉRCULO (RTP)	Croquetas de yuca	papita a la francesa	Papa salada	huevo, Salchicha	Coscojas de plátano	
5	LEGUMINOSA - VERDURA			---		Arveja amarilla	
6	ENSALADA (Legumbres y Verduras)	Rodajas de tomate	ensalada agridulce	Melon	Tajada Maduro	Pepino	
		Rodajas de pepino		Piña	tomates, rodajas	Aguacate	
		Zanahoria rallada		Fresa		Tomate en julianas	
		Lechuga batavia en julianas		Lechuga batavia		Lechuga en julianas	
	Aderezo	Vinagreta clásica		Yougur		Salsa de tomate-limon y cilantro	
7	JUGO	Lulo	mango	Maracuya	Limonda	Naranjada	
8	POSTRE	Mini repollas	postre	Galleta bocadillo	Postre	Gelatina	



TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO

Ítem	PREPARACIÓN / DÍA	Lunes 14	Martes 15	Miércoles 16	Jueves 17	Viernes 18		
1	SOPA / CREMA	FESTIVO	crema de trigo	Sopa de verduras	sopa de Platano	Sopa de mute	Fin de semana	
2	PROTEICO		asado	Arroz con pollo	carne sudada	Pechuga grillé		
3	CEREAL		yuca,papa, Maduro relleno	Arroz blanco	Arroz con fideos	Arroz blanco		
4	TUBÉRCULO (RTP)		guacamole	Papa criolla dorada	croquetas de papa	Croquetas de yuca		
5	LEGUMINOSA - VERDURA							
6	ENSALADA (Legumbres y Verduras)		tomate en cuadros	Barra	Lechuga batavia	Lechuga		Aguacate en cubos
			Cebolla en cuadros		piña calada	Tomate		Huevo en cuadros/cebolla en cuadros
					Uvas pasas	Cebolla		Tomate en cubos
			Mango		aguacate	Lechuga batavia en cuadros virragre, sai, cilantro, aceite vegetal		
	Aderezo	Miel mostaza						
7	JUGO	Limonada	Jugo de mango	tomate de arbol	Limonada de panela			
8	POSTRE	Postre	Cocadas	queso/bocadillo	Gelatina			

TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO

Ítem	PREPARACIÓN / DÍA	Lunes 21	Martes 22	Miércoles 23	Jueves 24	Viernes 25	
1	SOPA / CREMA	Sopa de cebada perlada	consome	Sopa de guineo	Crema de trigo	Ajiaco santandereano	Fin de semana
2	PROTEICO	Goulash de res	arroz con pollo	Carne chimichurry	espaguetti a la bolognesa	Pechuga con champiñones	
3	CEREAL	Arroz blanco	papa a la francesa	Arroz con zanahoria	pan tajado	Arroz al pimentón	
4	TUBÉRCULO (RTP)	Papas con mayonesa		Casquitos de papa dorada		Pure´de papa amarilla	
5	LEGUMINOSA - VERDURA	Lentejas					
6	ENSALADA (Legumbres y Verduras)	Mango en julianas	ensalada	lechuga	tomate	Lechuga batavia juliana	
		Manzana en julianas	agridulce	manzana	zanahoria	Melón en cuadros	
		Melón		queso	pepino	Uva pasa	
		Lechuga		piña		Zanahoria	
	Aderezo	Crema de leche		salsa de yogurt		Crema de leche	
7	JUGO	Mango	Mora	Maracuyá	Guayaba	Lulo	
8	POSTRE	Mini hojaldras	postre	Mini repollas	Leche con arequipe	Postre de leche asada	

TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO

Ítem	PREPARACIÓN / DÍA	Lunes 28	Martes 29	Miércoles 30	Jueves 31	Viernes 01			
1	SOPA / CREMA	Crema de tomate	Sopa de conchitas	Sopa de patacón	Crema de trigo				
2	PROTEICO	Posta de res en salsa demiglase	arroz con pollo	Carne molida jardinera	Espaguetti bolognesa				
3	CEREAL	Arroz con fideos	papa francesa	Arroz al pimentón	pan tajado				
4	TUBÉRCULO (RTP)	Pure de papa		Mufins de plátano maduro					
5	LEGUMINOSA - VERDURA								
6	ENSALADA (Legumbres y Verduras)	Barra	Tornillo multicolor	BARRA	Aguacate en cubos	tomate	JUNIO	FIN DE SEMANA	
			Pepino cochombro en cubos		ensalada	Tomate en cubos			Zanahria
			Zanahoria rallada		agridulce	Lechuga			Pepino
			Tomate en casquitos			Pepino cohombro en			
	Aderezo		Mayonesa-limón y perjil			Vinagre-aceite vegetal-cilantro-limón			
7	JUGO	Naranjada	Mora	Lulo	guayaba				
8	POSTRE	Mini Repolla		Galleta bocadillo	leche con arequipe				