

COLEGIO GLENN DOMAN

MENU FEBRERO 2020

LUNES 03	MARTES 04	MIERCOLES 05	JUEVES 06	VIERNES 07
CONSOME	SOPA DE PASTA	CREMA DE ARRACACHA	CONSOME	SOPA DE AVENA
LASAÑA MIXTA	POLLO AL HORNO	CARNE EN BISTEC	ARROZ CHINO	CARNE ASADA
PAN	PAPA SALADA	TORTA DE AHUYAMA	PAPA FRANCESA	LENTEJAS
	ARROZ	ARROZ BLANCO		ARROZ CON PLATANO MADURO
	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA
JUGO: T. ARBOL	JUGO: LULO	JUGO: PIÑA	JUGO: MORA	JUGO: LIMONADA
PORCION DE FRUTA: PATILLA	POSTRE: MASMELOS	PORCION DE FRUTA: FRESAS	PORCION DE FRUTA: PIÑA	POSTRE: GELATINAS
LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
CREMA DE ACELGAS	SANCOCHITO	CREMA DE TOMATE	SOPA DE VERDURAS	CREMA DE CHANPIÑONES
PASTA BOLOGNESA	PECHUGA EN SALSA DE CHAMP.	SOBREBARRIGA AL HORNO	GOULASH DE LOMO DE CERDO	PESCADO APANADO
PAN BAGUETTE	TORTA DE ZANAHORIA	PAPA CHORREADA	YUCA AL VAPOR	PATACON
	ARROZ CILANTRO	ARROZ BLANCO	ARROZ PEREJIL	ARROZ CON VERDURAS
ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA
JUGO: GUAYABA	JUGO: MORA	JUGO: LULO	JUGO: T. DE ARBOL	JUGO: MARACUYA
PORCION DE FRUTA: MELON	POSTRE: BOCADILLO	PORCION DE FRUTA: PIÑA	PORCION DE FRUTA: BANANO	POSTRE: BARRILETE
LUNES 17	MARTES 18	MIERCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
CREMA DE AHUYAMA	SOPA DE MINISTRONE	CREMA DE ESPINACAS	SOPA DE CEBADA	SOPA DE PLATANO
LOMO DE CERDO	ALBONDIGAS	TORTA DE ATUN	ROPA VIEJA	POLLO SUDADO
DEDITOS DE YUCA	CRIOLLITAS AL VAPOR	CHIP DE ARRACACHA	PLATANO FRITO	TORTA DE PAPA
ARROZ PAJARITO	ARROZ BLANCO	ARROZ TIGRE	ARROZ ATOMATADO	ARROZ BLANCO
ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA	VERDURA CALIENTE	ENSALADA
JUGO: PIÑA	JUGO: MARACUYA	JUGO: LIMONADA	JUGO: GUAYABA	JUGO: LULO
PORCION DE FRUTA: MANZANA	POSTRE: BARQUILLO	PORCION DE FRUTA: PATILLA	POSTRE: PANELITA	PORCION DE FRUTA: MANGO
LUNES 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
CUCHUCO DE TRIGO	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE AHUYAMA Y ZANAH.	CREMA DE ZANAHORIA	FRIJOLADA
CHULETA DE CERDO	MUCHACHO EN SALSA	FILETE DE PESCADO AL LIMON	CHULETICA VALLUNA	CARNE MOLIDA
PAPA CRIOLLA FRITA	PAPA EN CHUPE	PATACON	DEDITOS DE YUCA	AREPA / TAJADA
ARROZ BLANCO	ARROZ TIGRE	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA	
JUGO: MANGO	JUGO: MARACUYA	JUGO: LIMONADA NATURAL	JUGO: MORA	JUGO: LULO
PORCION DE FRUTA: PATILLA	POSTRE: MASMELOS	PORCION DE FRUTA: PIÑA	PORCION DE FRUTA: PAPAYA	POSTRE: BARRILETE

EUGENIA PEÑA VARGAS
 NUTRICIONISTA-DIETISTA UIS
 REG 03532