

COLEGIO GLENN DOMAN
MENU JUNIO 2024

LUNES 03	MARTES 04	MIERCOLES 05	JUEVES 06	VIERNES 07
	SOPA DE AVENA	AJIAQUITO	FRIJOLADA	CONSOME
	ARROZ PAISA	MUSLITOS DE POLLO BBQ	CARNE MOLIDA/HUEVO FRITO	FILETE DE PESCADO APANADO
		YUCA FRITA	AREPA / TAJADA	PATACON
FESTIVO		ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON VERDURAS
	ENSALADA	ENSALADA		ENSALADA
	JUGO: MANGO	JUGO: TOMATE DE ARBOL	JUGO: LIMONADA NATURAL	JUGO: MARACUYA
	PORCION DE FRUTA: MANZANA	PORCION DE FRUTA: BANANO	PORCION DE FRUTA: PATILLA	POSTRE: PANELITA DE LECHE
	Kcal: 652,6 Gra: 23,8 HC: 121,7 PR: 31,7	Kcal: 828 Gra: 19,9 HC: 132 PR: 35,6	Kcal: 1164 Gra:37,7 HC: 203,4 PR: 33,1	Kcal: 646 Gra: 16,4 HC: 110,9 PR: 16,3
LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
	CREMA DE MAZORCA	CONSOME	SOPA DE CEBADA	
	COSTILLITAS DE CERDO BBQ	LASAÑA MIXTA	CARNE ASADA	
	YUCA AL HORNO	PAN BAGUETTE	LENTEJAS	
FESTIVO	ARROZ BLANCO		ARROZ BLANCO	
	ENSALADA		ENSALADA	
	JUGO: MANGO	JUGO: FRESA	JUGO: LIMONADA	
	POSTRE: BOCADILLO	PORCION DE FRUTA: PATILLA	PORCION DE FRUTA: PIÑA	
	Kcal: 1100 Gra: 24,9 HC: 185,0 PR: 34,9	Kcal: 669 Gra: 17,7 HC: 95,4 PR: 33,5	Kcal: 951 Gra: 4,5 HC: 185,5 PR: 35,3	

EUGENIA PEÑA VARGAS
NUTRICIONISTA-DIETISTA UIS
REG 03532