



LUNCH MENU

Fecha de Vigencia: Noviembre 1 de 2012
 Versión: 03
 Página: 1 de 2

DOCUMENTO CONTROLADO

WEEK	DAY							
1	MONDAY	Lentejas	Blanco	Carne en hamburguesa	Tajadas maduras	Lechuga, zanahoria, tomate al limón	Jugo de frutas	Postre
	TUESDAY	Crema de pollo natural	Verde	Pollo a la BBQ	Hojuelas	Julianas	Jugo de frutas	Postre
	WEDNESDAY	Sopa de verduras	Con pimentón	Cerdo agridulce	Puré / Blanquillos	Lechuga - fresas	Jugo de frutas	Postre
	THURSDAY	Ajiaco	Blanco	Pollo desmechado	Arepa con guiso	Guacamole y banano	Jugo de frutas	Postre
	FRIDAY	Crema de tomate	Con zanahoria	Cerdo a la plancha	Papas a la francesa	Lechuga, zanahoria, tomate, pepino al limón	Jugo de frutas	Postre
2	MONDAY	Sopa de arroz	Ajonjoli	Res asada	Aborrajados	Waldor acida	Jugo de frutas	Postre
	TUESDAY	Sopa de avena	Blanco	Cerdo a la mostaza	Ensalada rusa	Rodajas de tomate, zanahoria rayada	Jugo de frutas	Postre
	WEDNESDAY	Crema de ahuyama	Arroz con cabello de angel	Milanesa de pollo	Platano maduro en cuadritos con queso	Lechuga - fresas	Jugo de frutas	Postre
	THURSDAY	Crema de brocoli	Con pimentón	Carne desmechada / pollo desmechado	Papas a la bandolina	Julianas	Jugo de frutas	Postre
	FRIDAY	Frijoles	Blanco	Molida / Chicharon	Tajadas maduras	guacamole	Jugo de frutas	Postre
3	MONDAY	Sancocho	Blanco	Pollo a la plancha	Arepa- banano	verde con aguacate	Jugo de frutas	Postre
	TUESDAY	Consomé con papa	Con Zanahoria	Fajitas de res a la tarillaqui	Papa criolla frita en rodajas / Garbanzos	Verde	Jugo de frutas	Postre
	WEDNESDAY	Lentejas	Blanco	Chorizo / Pollo	Patacones	Wador	Jugo de frutas	Postre
	THURSDAY	Sopa de pastas	Blanco	Espaguettis a la boloñesa (carne o pollo)	Torta de zanahoria	Barra ácida	Jugo de frutas	Postre
	FRIDAY	Crema de pollo	Blanco con cabello de angel	Alas BBQ	Papas a la francesa	Tomate - Batavia	Jugo de frutas	Postre
4	MONDAY	Crema de zanahoria	Negro	Pechuga en champiñones	Platano a la bandolina	batavia- tomate o verduraschinas	Jugo de frutas	Postre
	TUESDAY	Sopa de cuatritos de platanito	Blanco	Milanesa de cerdo	Papa al perejil	Lechuga - fresa - espinaca	Jugo de frutas	Postre
	WEDNESDAY	Consome con papa	Arroz con pollo		Papas a la francesa	Julianas	Jugo de frutas	Postre
	THURSDAY	Crema de verduras	Con maiz	Cerdo en salsa de champiñones	Aborrajados	Waldo	Jugo de frutas	Postre
	FRIDAY	Frijoles	Blanco	Molida / Chicharon	Tajadas maduras	guacamole	Jugo de frutas	Postre
5	MONDAY	Crema de champiñones	Con pimenton	Cerdo en salas de piña	Cuadritos de platano maduro con queso	Waldor acida	Jugo de frutas	Postre
	TUESDAY	Crema de maiz con tortilla	Negro	Pollo a la BBQ	Papa queso	Frisby	Jugo de frutas	Postre
	WEDNESDAY	Sopa de tortilla	Blanco	Pescado apanado	Patacon	batavia- tomate - pepino	Jugo de frutas	Postre
	THURSDAY	Crema de ahuyama	Con Zanahoria	Pollo en salsa	Torta de banano	Barra ácida	Jugo de frutas	Postre
	FRIDAY	Sopa de pastas	Ajonjoli	Res en salsa	Papa a la bandolina	Dulce	Jugo de frutas	Postre

VERENA RODRÍGUEZ
 NUTRICIONISTA DIETISTA CARDIOVASCULAR
 RS 08-0382-96-01-03-96

NOTA: EL MENU ESTA SUJETO A POSIBLES CAMBIOS LOS VIERNES DE JEANS DAY, YA QUE PREPARAMOS LO QUE MAS LES GUSTA A LOS ESTUDIANTES.

**SNACK MENU**

Fecha de Vigencia: Noviembre 1 de 2012

Versión: 03

Página: 1 de 2

DOCUMENTO CONTROLADO

WEEK	DATE	DAY	PART OF THE DAY			
				SIDE DISHES	FRUIT	DRINK
WEEK 1	1	MONDAY	MORNING AFTERNOON	Empanada de queso sanduche de jamon y queso	Fruta Fruta	Milo o Jugo de fruta Leche o Jugo de fruta
	2	TUESDAY	MORNING AFTERNOON	Tortilla de huevo con pan Helado de leche con galletas	Fruta Fruta	Milo o Jugo de fruta Jugo de fruta
	3	WEDNESDAY	MORNING AFTERNOON	Cereal empanada de carne	Fruta Fruta	Yogurt Leche o Jugo de fruta
	4	THURSDAY	MORNING AFTERNOON	deditos de queso y jamón Burritos pollo y queso en salsa blanca	Fruta Fruta	Leche con vainilla o Jugo de fruta de Fruta Chocolisto o Jugo de fruta
	5	FRIDAY	MORNING AFTERNOON	Nugett de pollo con papitas Patacón con jamón y queso	Fruta Fruta	Jugo de fruta Leche
WEEK 2	1	MONDAY	MORNING AFTERNOON	pandebono Salchipapas	Fruta Fruta	Frescavena o Jugo de fruta Jugo de fruta
	2	TUESDAY	MORNING AFTERNOON	huevo cocinado con galletas croasan	Fruta Fruta	Chocolisto o Jugo de fruta Leche o Jugo de fruta
	3	WEDNESDAY	MORNING AFTERNOON	Empanada de carne Perro	Fruta Fruta	Milo o Jugo de fruta Leche o Jugo de fruta
	4	THURSDAY	MORNING AFTERNOON	Nugett de pollo con papitas Pastel Hawaiano	Fruta Fruta	Jugo de fruta Jugo de fruta
	5	FRIDAY	MORNING AFTERNOON	Pan leche con mantequilla queso cuajada Banana split	Fruta Fruta	Chocolisto o Jugo de fruta Milo
WEEK 3	1	MONDAY	MORNING AFTERNOON	pan de queso Cereal	Fruta Fruta	Malteada de vainilla o Jugo de fruta de fruta leche
	2	TUESDAY	MORNING AFTERNOON	Arepa de queso Burritos jamon y queso	Fruta Fruta	Milo o Jugo de fruta Chocolisto o Jugo de fruta
	3	WEDNESDAY	MORNING AFTERNOON	huevos revueltos con arepa empanadade carne	Fruta Fruta	Chocolisto o Jugo de fruta Leche o Jugo de fruta
	4	THURSDAY	MORNING AFTERNOON	Galletas ducales, queso y jamón Chocorramo	Fruta Fruta	Chocolisto o Jugo de fruta Leche
	5	FRIDAY	MORNING AFTERNOON	Empanada de pollo Sanduche de jamón y queso	Fruta Fruta	Milo o Jugo de fruta leche
WEEK 4	1	MONDAY	MORNING AFTERNOON	Galletas ducales, queso y jamón deditos de queso	Fruta Fruta	Malteada de fresa o Jugo de fruta de fruta Leche o Jugo de fruta
	2	TUESDAY	MORNING AFTERNOON	Arroz con huevo y pan Burritos jamon y queso	Fruta Fruta	Jugo de fruta Jugo de fruta
	3	WEDNESDAY	MORNING AFTERNOON	Dedo de queso y jamon Banana split	Fruta Fruta	Leche con chocolate o Jugo de fruta Jugo de fruta
	4	THURSDAY	MORNING AFTERNOON	Salchipapas Croasan de queso	Fruta Fruta	Chocolisto o Jugo de fruta Milo
	5	FRIDAY	MORNING AFTERNOON	Cereal sandwich pollo	Fruta Fruta	Yogurt Jugo de fruta
WEEK 5	1	MONDAY	MORNING AFTERNOON	burrito salchicha Empanada de queso	Fruta Fruta	Jugo de fruta Jugo de fruta
	2	TUESDAY	MORNING AFTERNOON	Arepa con huevo revuelto Helado con galleta	Fruta Fruta	Milo o Jugo de fruta Jugo de fruta
	3	WEDNESDAY	MORNING AFTERNOON	Patacon con carne desmechada y honao Pastel Hawaiano	Fruta Fruta	Chocolisto o Jugo de fruta Jugo de fruta
	4	THURSDAY	MORNING AFTERNOON	Dedito de queso Perro	Fruta Fruta	Milo o Jugo de fruta Jugo de fruta
	5	FRIDAY	MORNING AFTERNOON	Empanada de carne Chocorramo	Fruta Fruta	Jugo de fruta Leche