

MENÚ LONCHERAS 2015



Este es el menú para el servicio de loncheras, el cual fue elaborado por la Nutricionista Dietista CAROLINA ALMENDRALES RANGEL con Tarjeta Profesional No. 00352:

SEMANA 1

| | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|------------------|---------------------------|-------------------|---------------------------------|----------------------------------|--|
| Primera Lonchera | FRUTA Cereal Yogurt | Avena Galletas | FRUTA Chocolisto Empanada | FRUTA Kumis Chocorramo | Chocolate con leche Palito de queso |
| Segunda Lonchera | Jugo Papa rellena | Jugo Buñuelo | Jugo Salchipapas | Jugo Huevo frito con Arepa | Jugo Gelatina con Waffer |

SEMANA 2

| | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|------------------|--------------------------------------|--------------------------|--|---------------------------|---|
| Primera Lonchera | Agua Panela Arepas con Quesito | FRUTA Kumis Ponqué | FRUTA Chocolisto Pastel de pollo | Cereal Yogurt | FRUTA Avena de fresa Pan de leche con Nutella |
| Segunda Lonchera | Jugo Brownie | Jugo Sandwiche | Jugo Helado y galleta | Jugo Chorizo con Arepa | Jugo Huevo revuelto Pan |

SEMANA 3

| | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|------------------|------------------------|------------------------------|----------------------|-----------------------------------|--------------------------------|
| Primera Lonchera | Chocolisto Empanada | FRUTA Kumis Chocorramo | Cereal Yogurt | FRUTA Avena Galletas Waffer | FRUTA Chocolisto Buñuelo |
| Segunda Lonchera | Jugo Pastel Gloria | Jugo Hamburguesa | Jugo Palito de Queso | Jugo Salchipapas | Jugo Ponqué |

SEMANA 4

| | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|------------------|---------------------------|-------------------------------|----------------------------------|-------------------------------|--|
| Primera Lonchera | FRUTA Cereal Yogurt | Chocolisto Palito de Queso | Agua de Panela Arepa con quesito | Chocolisto Pastel de Pollo | Avena Galletas de Leche y chocolatina |
| Segunda Lonchera | Jugo Arepa con Queso | Jugo Helado y galletas | Jugo Perro | Jugo Gelatina y galletas | Jugo Sandwiche |