



Colegio : REPUBLICA DE FRANCIA  
 Comuna : ÑUÑO A  
 Región : REGIÓN METROPOLITANA

# Octubre 2023

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
						1
2 DESAYUNO: Avena   Yogurt Líquido Batido Sabor   ALMUERZO: Agua   Arroz Graneado   Ens. Repollo Zanahoria   Naranja Entera o Trozada Nat   Nugget de Pescado (PAPPM) c/	3 DESAYUNO: Leche Sabor Chocolate   Pan Blanco c/ Mermelada   ALMUERZO: Agua   Ens. Tomate   Manzana Entera o Trozada Nat   Porotos c/Riendas (LPR)	4 DESAYUNO: Leche Sabor Vainilla   Pan Integral con Huevo Revuelto   ALMUERZO: Agua   Carbonada de Aves (CFLG)   Ens. Repollo c/limon natural   Yogurt Líquido Postre	5 DESAYUNO: Leche blanca con chocolate amargo   Pan Blanco con Quesillo   ALMUERZO: Agua   Carne al Jugo (CC) c/   Ens. Betarraga   Fideos Ravioles   Manzana Entera o Trozada Nat	6 DESAYUNO: Manzana Entera o Trozada Nat   Yogurt Líquido Batido Sabor   ALMUERZO: Agua   Arroz Graneado   Ens. Pepino   Naranja Entera o Trozada Nat   Trutro de Pollo Asado (CT) c/	7	8
9	10 DESAYUNO: Leche Sabor Frutilla   Pan Integral c/ Mermelada   ALMUERZO: Agua   Ens. Betarraga   Lentejas Guisadas   Naranja Entera o Trozada Nat	11 DESAYUNO: Leche blanca con Esencia Vainilla   Pan Blanco con Queso Laminado   ALMUERZO: Agua   Croquetas de Pescado (PJPM) c/   Ens. Tomate   Espirales Zanahoria   Manzana Entera o Trozada Nat	12 DESAYUNO: Leche Sabor Chocolate   Pan Integral con Miel   ALMUERZO: Agua   Ens. Repollo c/limon natural   Filettillo de Pollo al Jugo (CF) c/   Jalea con Yogurt   Papas Rusticas	13 DESAYUNO: Leche blanca con Esencia Vainilla   Pan Blanco con Huevo Revuelto   ALMUERZO: Agua   Arroz Perla   Churrasco de Vacuno (CCH) c/   Ens. Zanahoria Choclo   Pera Entera o Trozada Nat	14	15
16 DESAYUNO: Avena   Yogurt Líquido Batido Sabor   ALMUERZO: Agua   Ens. Betarraga   Huevo Revuelto (H) c/   Mostachiolis en Salsa   Yogurt Líquido Postre	17 DESAYUNO: Leche Sabor Frutilla   Pan blanco con Tomate oregano   ALMUERZO: Agua   Arvejas Guisadas   Ens. Pepino Zanahoria   Manzana Entera o Trozada Nat	18 DESAYUNO: Leche blanca con Esencia Vainilla   Pan Integral con Huevo Revuelto   ALMUERZO: Agua   Arroz Graneado   Ens. Repollo c/limon natural   Naranja Entera o Trozada Nat   Nugget de Pescado (PAPPM) c/	19 DESAYUNO: Leche Sabor Frutilla   Pan Blanco con Miel   ALMUERZO: Agua   Ens. Tomate   Arroz Graneado o Salteado (CF) c/   Jalea con Yogurt   Pure de Papas (Mitad)	20 DESAYUNO: Bebida Láctea Sabor Chocolate   Granola 40 g   ALMUERZO: Frutos Secos 30 g   Jugo Nectar Ind. Naranja   Pan con Queso Jamon (100/30/20)   Pure de Fruta	21	22
23 DESAYUNO: Pera Entera o Trozada Nat   Yogurt Líquido Batido Sabor   ALMUERZO: Agua   Ens. Repollo Zanahoria   Fideos Tricolor   Manzana Entera o Trozada Nat   Pino de Atun Frio (PAPM) c/	24 DESAYUNO: Leche Sabor Frutilla   Pan Blanco c/ Mermelada   ALMUERZO: Agua   Ens. Tomate   Garbanzos Guisados (L)   Naranja Entera o Trozada Nat	25 DESAYUNO: Leche blanca con Esencia Vainilla   Pan Blanco con Huevo Revuelto   ALMUERZO: Agua   Arroz Graneado   Cerdo al Curry (C) c/   Ens. Betarraga   Manzana Entera o Trozada Nat	26 DESAYUNO: Leche blanca con chocolate amargo   Pan Integral c/Pechuga Pollo o Pavo   ALMUERZO: Agua   Budin de Zapallito (V)   Ens. Apio   Filettillo de Pollo al Jugo (CF) c/   Yogurt Líquido Postre	27	28	29
30 DESAYUNO: Granola   Yogurt Líquido Batido Sabor   ALMUERZO: Agua   Ens. Zanahoria Choclo   Espirales en Salsa   Huevo Revuelto (H) c/   Semola c/Leche	31 DESAYUNO: Leche Sabor Vainilla   Pan Integral con Tomate oregano   ALMUERZO: Agua   Ens. Pepino   Lentejas Guisadas   Manzana Entera o Trozada Nat					