



Minuta alimentación Mirador del lago

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
LLANQUIHUE
Paseo 1° Frutilla | Los Hornos
Llanquihue | Puerto Varas

Mes de Septiembre 2024

Día		Desayuno	Almuerzo	Postre	Otro
Lunes	2	Leche blanca líquida con avena.	Croquetas de jurel con arroz perla y ensalada de pepino	Yogurt sabor	Agua
Martes	3	Fórmula líquida saborizada frutilla, pan blanco con mermelada de damasco.	Porotos guisados con ensalada de tomate.	Manzana	Agua
Miércoles	4	Fórmula láctea saborizada vainilla, pan blanco con miel.	Croquetas de jurel con papas cocidas, ensalada de repollo más jugo de limón natural.	Mandarinas	Agua
Jueves	5	Fórmula láctea saborizada frutilla, Pan blanco con huevo revuelto.	Apanados de merluza con fideos y ensalada de betarraga.	Pera.	Agua
Viernes	6	Fórmula láctea saborizada vainilla, pan integral con miel	Charquicán de verduras con huevo, ensalada pepino zanahoria.	Manzana.	Agua
Lunes	9	Leche blanca líquida, granola con frutos secos.	Croquetas de jurel con arroz graneado y ensalada de tomate.	Gelatina con yogurt sabor	Agua
Martes	10	Fórmula láctea saborizada frutilla pan blanco con tomate	Lentejas guisadas con ensalada betarraga zanahoria	Naranja	Agua
Miércoles	11	Fórmula láctea saborizada vainilla, pan Integral con mermelada de durazno.	Salsa de choritos con fideos y ensalada de lechuga con limón natural.	Manzana	Agua
Jueves	12	Fórmula láctea saborizada frutilla, pan blanco con pechuga de pollo.	Arroz con huevo revuelto, ensalada pepino.	Mandarinas	Agua

Viernes	13	Fórmula láctea saborizada vainilla, pan blanco con miel.	Pastel chileno (Carne molida) con ensalada de tomate.	Manzana	Agua
Lunes	16	Fórmula láctea saborizada vainilla, avena.	Lentejas guisadas con ensalada de repollo más limón natural.	Manzana	Agua
Martes	17	Fórmula láctea saborizada frutilla pan integral con mermelada de damasco.	Trutro de ave asado con papas cocidas Ensalada tomate choclo.	Papas cocidas	Agua
Miércoles	18				
Jueves	19				
Viernes	20				
Lunes	23	Leche blanca líquida, granola con frutos secos	Fideos con huevo revuelto , ensalada de repollo con jugo de limón natural.	Pera en conserva en cubo al jugo.	Agua
Martes	24	Fórmula láctea saborizada frutilla, pan blanco con mermelada damasco.	Porotos guisados con ensalada betarraga	Gelatina con yogurt.	Agua
Miércoles	25	Fórmula láctea saborizada vainilla	Filetillo de ave al jugo con fideos	Manzana	Agua
Jueves	26	Fórmula láctea saborizada frutilla con pan integral con mermelada de durazno.	Salmón al limón con arroz graneado y ensalada de pepino	Pera	Agua
Viernes	27	Fórmula láctea saborizada vainilla, pan integral con huevo revuelto.	Lentejas guisadas con ensalada de tomate.	Naranja	Agua
Lunes	30	Leche blanca Líquida con avena	Budín de atún con arroz perla y ensalada betarraga zanahoria	Yogurt sabor	Agua