



Minuta alimentación Mirador del lago

MINISTERIO NACIONAL DE EDUCACIÓN PÚBLICA
LLANQUIHUE
Frente | Facultad | Sede Osorno
Llanquihue | Puerto Varas

Mes de Octubre 2024

Día		Desayuno	Almuerzo	Postre	Otro
Martes	1	Fórmula láctea saborizada vainilla. Pan integral con mermelada de damasco.	Lentejas guisadas con ensalada de betarraga.	Naranja	Agua
Miércoles	2	Fórmula líquida saborizada frutilla, pan blanco con huevo revuelto.	Croquetas de jurel con fideo.	Pera	Agua
Jueves	3	Fórmula láctea saborizada vainilla, pan integral con miel.	Lomito de cerdo con arroz graneado con ensalada de pepino.	Yogurt sabor.	Agua
Viernes	4	Fórmula láctea saborizada frutilla, Pan blanco con huevo revuelto.	Trutro de ave asado con papas cocidas.	Manzana.	Agua
Lunes	7	Leche blanca líquida con avena.	Croquetas de jurel con arroz graneado y ensalada de pepino.	Pera.	Agua
Martes	8	Fórmula láctea saborizada frutilla pan blanco con mermelada de tomate.	Porotos guisadas con ensalada zapallo italiano zanahoria.	Manzana	Agua
Miércoles	9	Fórmula láctea saborizada vainilla, pan blanco con huevo revuelto.	Churrasco de vacuno con papas asadas y ensalada de tomate.	Gelatina con yogurt.	Agua
Jueves	10	Fórmula láctea saborizada frutilla, pan integral con miel.	Salsa de choritos con fideos y ensalada zanahoria choclo.	Naranja	Agua

Viernes	11	Fórmula láctea saborizada vainilla, pan blanco con miel.	Pastel chileno (Carne molida) con ensalada de tomate.	Manzana	Agua	
Lunes	14	NO HAY CLASES				
Martes	15	Fórmula láctea saborizada frutilla pan integral con tomate.	Lentejas guisadas con ensalada de pepino.	Pera	Agua	
Miércoles	16	Fórmula láctea saborizada vainilla. Pan integral con mermelada de durazno	Filetillo de ave al jugo con fideos tricolor. Y ensalada de tomates.	Pera	Agua	
Jueves	17	Fórmula láctea saborizada vainilla, pan blanco con jamón de pechuga de pollo.	Charquicán de verduras con huevo. Ensalada repollo zanahoria	Manzana	Agua	
Viernes	18	Fórmula láctea saborizada frutilla. Pan integral con miel	Croquetas de jurel con fideos y ensalada de pepino.	Puré de fruta mixto.	Agua	
Lunes	21	Leche blanca líquida con avena.	Apanados de merluza con arroz graneado ensalada de repollo con limón natural.	Yogurt Sabor	Agua	
Martes	22	Fórmula láctea saborizada frutilla pan blanco con tomate.	Porotos guisados con ensalada de pepino.	Mandarinas	Agua	
Miércoles	23	Fórmula láctea saborizada vainilla, pan integral con mermelada de durazno	Huevos revueltos con arroz graneado. ensalada repollo zanahoria.	Pera	Agua	
Jueves	24	NO HAY CLASES				Agua
Viernes	25	NO HAY CLASES				Agua
Lunes	28	NO HAY CLASES				

Martes	29	Fórmula láctea saborizada frutilla con granola con frutos secos.	Lentejas guisadas con ensalada de pepino.	Mandarina	Agua
Miércoles	30	Fórmula láctea saborizada frutilla con pan blanco con mermelada.	Croquetas de atún con arroz perla. Ensalada repollo zanahoria.	Manzana	Agua
Jueves	31	NO HAY CLASES			