



Minuta alimentación Mirador del lago Mes de Marzo 2025

MINISTERIO DE EDUCACIÓN
LANQUIHUE
Punta Arenas | Pudahuel | Los Ríos | Los Hornos
Llanquihue | Puerto Varas

Día		Desayuno	Almuerzo	Postre	Otro
Miércoles	5	Fórmula láctea saborizada vainilla, pan blanco con tomate	Apanado de merluza con arroz árabe ensalada de pepino	Gelatina con yogurt	Agua
Jueves	6	Fórmula láctea saborizada frutilla, pan blanco con tomate.	Ave al jugo con fideos espirales	Puré de fruta manzana individual	Agua
Viernes	7	Fórmula láctea saborizada sabor chocolate, pan integral con mermelada de durazno	Arroz graneado con huevo revuelto y ensalada de betarraga zanahoria	Durazno	Agua
Lunes	10	Fórmula láctea saborizada vainilla con avena	Croquetas de jurel con fideos mostaccioli con ensalada repollo con jugo de limón natural	Pera	Agua
Martes	11	Fórmula láctea saborizada frutilla, pan blanco con mermelada de damasco	Lentejas guisadas, con ensalada de betarraga zanahoria	Manzana	Agua
Miércoles	12	Fórmula láctea saborizada chocolate, pan Integral con queso laminado.	Arroz graneado con huevo revuelto y ensalada de tomate.	Sémola con leche y miel.	Agua
Jueves	13	Fórmula láctea saborizada vainilla, pan blanco con mermelada de durazno.	Porotos guisados con ensalada zanahoria choclo.	Naranja	Agua

Viernes	14	Fórmula láctea saborizada frutilla, pan integral con tomate y orégano.	Lomito de cerdo con papas asadas al orégano con ensalada pepino zanahoria	Yogurth sabor damasco.	Agua
Lunes	17	Fórmula láctea saborizada frutilla con avena	Churrasco de vacuno con fideos espirales y ensalada de tomate	Puré de frutas individual mixto	Agua
Martes	18	Fórmula láctea saborizada frutilla pan blanco con palta.	Arvejas guisadas con ensalada de pepino	Naranja.	Agua
Miércoles	19	Fórmula láctea saborizada vainilla. Pan blanco con huevo revuelto.	Lomito de cerdo con papas asadas	Puré de frutas individual mixto manzana	Agua
Jueves	20	Fórmula láctea saborizada chocolate con pan integral con miel.	Apanados de merluza con arroz perla con ensalada de zapallo zanahoria	Pera	Agua
Viernes	21	Fórmula láctea saborizada vainilla con pan blanco con huevo revuelto.	Porotos guisados con ensalada de tomate	Manzana	Agua
Lunes	24	Fórmula láctea saborizada chocolate con granola	Arroz graneado con huevo revuelto, ensalada betarraga zanahoria	Pera	Agua
Martes	25	Fórmula láctea saborizada frutilla, pan con mermelada damasco	Lentejas guisadas con ensalada de tomate.	Manzana	Agua
Miércoles	26	Fórmula láctea saborizada vainilla con pan integral con queso laminado.	Salsa de choritos con fideos tricolor y ensalada de repollo + limón natural.	Yogurt sabor frutilla	Agua
Jueves	27	Fórmula láctea saborizada frutilla pan integral con jamón pechuga de ave.	Churrasco de vacuno con papas asadas y ensalada de pepino.	Naranja	Agua
Viernes	28	Fórmula láctea saborizada vainilla.	Trutro de ave asado con fideos mostaccioli	Puré de frutas manzana individual	Agua

Lunes	31	Fórmula láctea saborizada Chocolate con granola	Croquetas de atún con arroz graneado.	Manzana	Agua