

**CENTRO DE ENSEÑANZA PRECOZ LA ALEGRIA DE APRENDER Y LICEO CAMPESTRE DE PEREIRA
MENU RESTAURANTE Y REFRIGERIO MES DE ENERO**

RESTAURANTE

LUNES 13	MARTES 14	MIERCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
Ajiaco	Crema de ahuyama	Sopa de plátano	Frijoles	Crema de zanahoria
Pollo desmechado	Pescado apanado	Estofado de carnes de res	Carne asada	Croquetas de pollo
Arroz blanco	Arroz blanco	Arroz blanco	Arroz blanco	Arroz blanco
Aguacate	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada
Banano	Yuca frita	Arepa	Tajada de plátano maduro	Papa a la mostaza
Leche - Jugo de fruta - Postre	Leche - Jugo de fruta - Postre	Leche - Jugo de fruta - Postre	Leche - Jugo de fruta - Postre	Leche - Jugo de frutas - Postre
LUNES 20	MARTES 21	MIERCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
Sopa de guineo	Cazuela de pollo	Sopa de yuca	Lentejas	Sopa de pasta
Carne de cerdo asada	Pechuga	Carne desmechada	Carne sofrita	Arroz chino con pollo y carne de cerdo
Pasta	Arroz blanco	Arroz blanco	Arroz blanco	
Ensada	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada
Pan	Pan	Arepa frita	Tajadas de plátano maduro	Papa a la francesa
Leche - Jugo de fruta - Postre	Leche - Jugo de fruta - Postre	Leche - Jugo de frutas - Postre	Leche - Jugo de fruta - Postre	Leche - Jugo de fruta - Postre
LUNES 27	MARTES 28	MIERCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 31
Crema de mazorca	Sopa de verduras	Crema de zanahoria	Frijoles	Sopa de guineo
Chuleta de cerdo	Pechuga en salsa de queso	Pescado apanado	Carne de cerdo asada	Torta de carne
Arroz blanco	Arroz blanco	Arroz blanco con fideos	Arroz blanco	Arroz blanco
Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensada
Puré de papa criolla	Papa salada	Patacón	Arepa	Plátano maduro calado
Leche - Jugo de fruta - Postre	Leche - jugo de fruta - Postre	Leche - Jugo de fruta - Postre	Leche - Jugo de fruta - Postre	Leche - Jugo de fruta - Postre

REFRIGERIO

LUNES 13	MARTES 14	MIERCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
Nuggets de pollo	Perro caliente	Gelatina de yogurt	Arepa con Queso	Patacón con queso cuajada
Arepa		Galletas club social		
Jugo de fruta	Jugo de fruta	Yogurt personal	Jugo de fruta	Jugo de fruta
LUNES 20	MARTES 21	MIERCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
Wrap con queso	Sanduche de pollo	Arepa con queso miel	Sanduche de jamón con queso	Pincho de pollo
				Arepa
Jugo de fruta	Jugo de fruta	Jugo de fruta	Milo en leche	Jugo de fruta
LUNES 27	MARTES 28	MIERCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 31
Arepa de chόcolo con queso	Taco de pollo	Parfaith de frutos secos	Buñuelos	Sanduche con mantequilla de maní
		Granola - yogur		
Jugo de fruta	Jugo de fruta		Jugo en leche	Jugo de fruta