

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

RESTAURANTE

LUNES 30	MARTES 1	MIERCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
Sancocho	Crema de zanahoria	Sopa de plátano	Lentejas	Sopa de yuca
Carne de cerdo	Arroz chino con pollo y carne de cerdo	Carne de res sofrita	Carne de cerdo asada	Pescado apanado
Arroz blanco		Pasta	Arroz blanco	Arroz blanco
Ensalada	Ensalada y fruta	Ensalada y fruta	Ensalada y fruta	Ensalada y fruta
Banano	Papa a la francesa	Pan redondo	Tajadas de plátano Maduro	Patacón
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
LUNES 7	MARTES 8	MIERCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11

SEMANA DE RECESO

LUNES 14	MARTES 15	MIERCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
FESTIVO	Sopa de arracacha	Crema de tomate	Blanquillos	Consomé de pollo
	Fricasé de pollo	Carne molida	Carne en cubos	Arroz con pollo
	Arroz blanco	Espaguetis a la boloñesa	Arroz blanco	
	Ensalada y fruta	Ensalada y fruta	Ensalada y fruta	Ensalada y fruta
	Patacon	Pan francés	Tajadas de plátano Maduro	Pan
	Leche - Jugo de fruta - Postre			

LUNES 21	MARTES 22	MIERCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Ajiaco	Crema de ahuyama	Sopa de plátano	Frijoles	Crema de zanahoria
Pollo desmechado	Pescado apanado	Estofado de carne de res	Carne asada	Croquetas de pollo
Arroz blanco				
Aguacate	Ensalada y fruta	Ensalada y fruta	Ensalada y fruta	Ensalada y fruta
Banano	Yuca frita	Arepa	Tajadas de plátano Maduro	Papa a la mostaneza
Leche - Jugo de fruta - Postre				
LUNES 28	MARTES 29	MIERCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 1
Sopa de guineo	Cazuela de pollo	Sopa de yuca	Lentejas	Sopa de pasta
Carne de cerdo asada	Pechuga con verduras	Carne desmechada	Carne sofrita	Arroz chino con pollo y carne de cerdo
Pasta	Arroz blanco	Arroz blanco	Arroz blanco	
Ensalada y fruta				
Pan	Papa criolla al vapor	Arepa frita	Tajadas de plátano Maduro	Papa a la francesa
Leche - Jugo de fruta - Postre				

REFRIGERIO

LUNES 30	MARTES 1	MIERCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
Mini hamburguesa	Chorizo	Salpicón	Platano con bocadillo y queso	Pastel de pollo
	Arepa	Pandebono		
Jugo de fruta	Milo en leche		Jugo en leche	Yogurt personal
LUNES 7	MARTES 8	MIERCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11

SEMANA DE RECESO

LUNES 14	MARTES 15	MIERCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
FESTIVO	Yogurt con cereal	Helado con fresa y queso	Pañuelo de queso	Papa rellena de pollo
	Banano	Galleta wafer		
			Avena en leche	Jugo de fruta
LUNES 21	MARTES 22	MIERCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Nuggets de pollo	Perro caliente	Gelatina de yogurt	Arepa con queso	Patacón de guineo
Arepa		Galletas club social		Queso cuajada
Jugo de fruta	Jugo de fruta		Jugo de fruta	Jugo de fruta
LUNES 28	MARTES 29	MIERCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 1
Wrap con queso	Sanduche de pollo	Arepa con queso y miel	Sanduche de jamon con queso	Pincho de pollo
				Arepa
Jugo de fruta	Jugo de fruta	Jugo de fruta	Milo en leche	Jugo de fruta