

PROGRAMACIÓN DE MINUTAS MES DE JULIO DEL 2019

SALA CUNA Y JARDÍN INFANTIL "COLEGIO RAYEN MAHUIDA"

NIVEL SALA CUNA MENOR

LUNES 1 DE JULIO DEL 2019

Jugo de naranjas
Posta/p.verdes.papas.tomates.
Zapallo.acelgas.quínoa.
Plátano con pepinos licuado

335 Calorías 9gr/proteínas

MARTES 2 DE JULIO DEL 2019

Jugo de manzanas cocidas
Pollo/zapallo.papas.zapallitos
italianos.berenjenas.fideos.
Compota de camote con peras

335 Calorías 9gr/proteínas

MIÉRCOLES 3 DE JULIO DEL 2019

Jugo de frutas cocidas
Posta/berenjenas.acelgas.papas.
zanahoria.avena.
Manzanas cocidas licuadas

330 Calorías 9gr/proteínas

JUVES 4 DE JULIO DEL 2019

Jugo de piñas cocidas
Pavo/p.verdes.zanahoria.tomates.
papas.zapallo.nutrina.
Fruta cocida licuada

345 Calorías 10gr/proteínas

VIERNES 5 DE JULIO DEL 2019

Jugo de frutillas cocidas
Pollo/espínacas.papas.zapallitos
Italianos.p.verdes.arroz.
Mango con peras y manzanas licuadas

350 Calorías 9gr/proteínas

**María Carolina Estay Fauré
RUT 7051609-8
Nutricionista
Universidad de Chile**

**Nota: Se suspende el pescado, huevo o plátano en caso de alergia. -
No se dará pescado, huevo o legumbres a menores que no se les
Ha indicado. -**

NIVEL SALA CUNA MENOR

LUNES 8 DE JULIO DEL 2019

Jugo de naranjas
Pavo/apio.zapallo.zapallitos
Italianos.papas.sémola.
Plátano licuados

345 Calorías 9gr/proteínas

MARTES 9 DE JULIO DEL 2019

Jugo de frutillas cocidas
Posta/zanahoria.p.verdes.papas.
tomates.fideos.
Manzanas cocidas licuadas

355 Calorías 9gr/proteínas

MIÉRCOLES 10 DE JULIO DEL 2019

Jugo de piñas
Pollo/tomates.zapallo.papas,
Zanahoria.quinoa
Frutas cocidas licuadas
345 Calorías 9gr/proteínas

JUEVES 11 DE JULIO DEL 2019

Jugo de peras cocidas
Posta/zapallitos italianos.papas
p.verdes.zapallo. avena.
Peras cocidas licuadas
355 Calorías 9gr/proteínas

VIERNES 12 DE JULIO DEL 2019

Jugo de manzanas cocidas
Pavo/betarragas.zapallitos
Italianos.papas.zanahoria.arroz.
Manzanas cocidas licuadas

350 Calorías 9gr/proteínas

VACACIONES DE INVIERNOS

**María Carolina Estay Fauré
RUT 7051609-8
Nutricionista
Universidad de Chile**

**Nota: Se suspende el pescado, huevo o plátano en caso de alergia. -
No se dará pescado, huevo o legumbres a menores que no se les
Ha indicado.-**

NIVEL SALA CUNA MENOR

LUNES 29 DE JULIO DEL 2019

Jugo de naranjas
Pollo/zapallitos italianos.zapallo.
Papas.p.verdes.sémola.
Plátano con mandarinas licuadas

350 Calorías 9gr/proteínas

MARTES 30 DE JULIO DEL 2019

Jugo de peras cocidas
Posta/tomates.p.verdes.zanahoria.
papas.avena.
Fruta cocida licuada

345 Calorías 9gr/proteínas

MIÉRCOLES 31 DE JULIO DEL 2019 JUVES 1 DE AGOSTO DEL 2019

Jugo de frutas cocidas
Pavo/berenjenas.acelgas.papas.
zanahoria.quínoa.
Manzanas cocidas licuadas

330 Calorías 9gr/proteínas

Jugo de piñas cocidas
Posta/p.verdes.zanahoria.tomates.
papas.zapallo.arroz.
Fruta cocida licuada

345 Calorías 10gr/proteínas

VIERNES 2 DE AGOSTO DEL 2019

Jugo de frutillas cocidas
Pollo/espinacas.papas.zapallitos
Italianos.p.verdes.fideos.
Plátano con Mango licuados

350 Calorías 9gr/proteínas

**María Carolina Estay Fauré
RUT 7051609-8
Nutricionista
Universidad de Chile**

**Nota: Se suspende el pescado, huevo o plátano en caso de alergia. -
No se dará pescado, huevo o legumbres a menores que no se les
Ha indicado. -**

NIVEL JADÍN INFANTIL

LUNES 1 DE JULIO DEL 2019

Kiwi en cuadritos
Ensalada de pepinos con tomates
Pollo al jugo con arroz
Plátano con pepinos

460 Calorías 20gr/proteínas

MARTES 2 DE JULIO DEL 2019

Manzanas en gajos
Ensalada de p.verdes betarraga rallada
Caracolitos son salsa boloñesa
Macedonia

470 Calorías 20gr/proteínas

MIÉRCOLES 3 DE JULIO DEL 2019

Pepinos trozados
Ensalada de zapallitos italianos
Porotos con tallarines
Jalea con frutas

490 Calorías 22gr/proteínas

JUEVES 4 DE JULIO DEL 2019

Mandarinas trozadas
Ensalada de apio y pepinos
Albóndigas de pavo al jugo con puré
Tuti - fruti con crema

460 Calorías 20gr/proteínas

VIERNES 5 DE JULIO DEL 2019

Plátano en rodajas
Ensalada repollo
Carbonada
Peras cocidas

440 Calorías 20gr/proteínas

María Carolina Estay Fauré
RUT 7051609-8
Nutricionista
Universidad de Chile

NIVEL JARDÍN INFANTIL

LUNES 8 DE JULIO DEL 2019

Plátano con kiwi rodelas
Ensalada de tomates y repollo
Chapsui de ave con arroz
Mandarinas en gajos

475 Calorías 20gr/proteínas

MARTES 9 DE JULIO DEL 2019

Naranjas en rodelas
Ensalada de betarragas zanahorias
Cazuela de pavo
Bavaroi

490 Calorías 21 gr/proteínas

VACACIONES DE INVIERNO

LUNES 29 DE JULIO DEL 2019

Mandarinas el gajos
Crema de verduras
Espirales con carne
Plátano con naranjas rodelas

475 Calorías 20gr/proteínas

MARTES 30 DE JULIO DEL 2019

Huevo duro
Ensalada de tomates pepinos
Charquicán
Macedonia

465 Calorías 20gr/proteínas

MIÉRCOLES 31 DE JULIO 2019

Manzanas en gajos
Ensalada de porotos verdes
Lentejas con arroz
Jalea con frutas

495 Calorías 22gr/proteínas

JUEVES 1 DE AGOSTO DEL 2019

Naranjas en gajos
Ensalada de repollo
Pollo al jugo con puré
Mandarinas en gajos

455 Calorías 20gr/proteínas

VIERNES 2 DE AGOSTO DEL 2019

Plátano en rodelas
Crema de zapallo
Pescado al jugo con arroz
Frutas cocidas

465 Calorías 21gr/proteínas

**María Carolina Estay Fauré
RUT 7051609-8
Nutricionista
Universidad de Chile**