

PROGRAMACION DE MINUTAS MES DE ABRIL DEL 2022

SALA CUNA Y JARDÍN INFANTIL "COLEGIO RAYEN MAHUIDA"

NIVEL SALA CUNA MENOR

VIERNES 1 DE ABRIL DEL 2022

Jugo de peras cocidas
Posta/espinaacas.zanahoria.
Papas.p.verdes.sémola.
Compota de membrillos y peras
310 Calorías 11gr/proteínas

LUNES 4 DE ABRIL DEL 2022

Jugo de naranjas
Pollo/p.verdes.tomate.papas.
Zapallitos italianos .arroz.
Plátano con kiwi y mandarinas licuados
340 Calorías 10gr/proteínas

MARTES 5 DE ABRIL DEL 2022

Jugo de membrillos cocidas
Posta/zapallo. acelgas.papas.
zanahoria.quínoa.
Manzanas cocidas licuadas
310 Calorías 11gr/proteínas

MIÉRCOLES 6 DE ABRIL DEL 2022

Jugo de piñas
Posta/berenjenas.papas.zapallo.
Zapallitos italianos.avena.
Compota de peras con ciruelas
325 Calorías 11gr/proteínas

JUEVES 7 DE ABRIL DEL 2022

Jugo de manzanas
Pavo/acelgas.p.verdes.papas.
zanahoria.fideos.
Fruta cocida licuada
310 Calorías 11gr/proteínas

VIERNES 8 DE ABRIL DEL 2022

Jugo de frutillas cocidas
Pollo/tomates.zapallo.papas.
p.verdes.sémola.
Peras cocidas licuadas
320 Calorías 11gr/proteínas

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

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

NIVEL SALA CUNA MENOR

LUNES 11 DE ABRIL DEL 2022

Jugo de naranjas
Pavo/acelga.zanahoria.papas.
p.verdes.sémola.
Plátano con kiwi y pepinos licuados

330 Calorías 11gr/proteínas

MARTES 12 DE ABRIL DEL 2022

Jugo de ciruelas cocidas
Posta/betarragas.zapallo.papas.
zanahoria.fideos.
Compota de frutas cocidas

310 Calorías 11gr/proteínas

MIÉRCOLES 13 DE ABRIL DEL 2022

Jugo de membrillos cocidos
Posta/p.verdes.papas.acelgas.
Tomates.avena.
Manzanas cocidas licuadas

335 Calorías 11gr/proteínas

JUEVES 14 DE ABRIL DEL 2022

Jugo de manzanas
Pollo/zanahoria.apio.papas.
zapallo.espinaca.arroz.
Membrillos con peras cocidos licuados

320 Calorías 10gr/proteínas

VIERNES 15 DE ABRIL DEL 2022

SEMANA SANTA

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 18 DE ABRIL DEL 2022

Jugo de naranjas
Posta/espinacas.zanahoria.
Papas.p.verdes.sémola.
Plátano con ciruelas licuados

310 Calorías 11gr/proteínas

MARTES 19 DE ABRIL DEL 2022

Jugo de manzanas
Pollo/tomates.papas.zapallo.
zapallitos italianos.avena.
Compota de membrillos con ciruelas

330 Calorías 11gr/proteínas

MIÉRCOLES 20 DE ABRIL DEL 2022

Jugo de frutillas cocidas
Posta/p.verdes.papas.zanahoria.
Zapallo.quínoa.
Compota de peras

325 Calorías 11gr/proteínas

JUEVES 21 DE ABRIL DEL 2022

Jugo de piñas cocidas
Pavo/betarragas.papas,zapallo.
p.verdes.fideos.
Manzanas cocidas licuadas

310 Calorías 11gr/proteínas

VIERNES 22 DE ABRIL DEL 2022

Jugo de membrillos cocidos
Posta/berengenas.papas.zapallo.
tomates.chuchoca.
Plátano con frutillas licuados

330 Calorías 11gr/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 25 DE ABRIL DEL 2022

Jugo de naranjas
Posta/zapallitos italianos.papas.
Zanahoria.p.verdes.nutrina.
Plátano con kiwi licuados

330 Calorías 11gr/proteínas

MARTES 26 DE ABRIL DEL 2022

Jugo de membrillos cocidos
Posta/apio.tomates.papas.
zanahoria.fideos maría
Compota de frutas

340 Calorías 11gr/proteínas

MIÉRCOLES 27 DE ABRIL DEL 2022

Jugo de manzanas cocidas
Pollo/zapallitos italianos.papas.
Zanahoria.zapallo.sémola.
Compota de frutas

330 Calorías 10gr/proteínas

JUEVES 28 DE ABRIL DEL 2022

Jugo de piñas cocidas
Pavo/betarragas.zapallo.p.verdes
papas.avena.
Manzanas cocidas licadas

340 Calorías 11gr/proteínas

VIERNES 29 DE ABRIL DEL 2022

Jugo de peras
Posta/papas.espinacas.berenjenas.
Zanahoria.quinoa.
Peras con mango y plátano licuado

350 Calorías 11gr/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

JARDIN INFANTIL

VIERNES 1 DE ABRIL DEL 2022

Plátano en mitades
Ensalada repollo
Albóndigas al jugo con arroz
Peras trozadas
470 Calorías 20gr/proteínas

LUNES 4 DE ABRIL DEL 2022

Naranjas en rodela
Ensalada de tomates y pepinos
Espirales con carne
Plátano con leche condensada
445 Calorías 20gr/proteínas

MARTES 5 DE ABRIL DEL 2022

Duraznos en trozos
Ensalada apio
Porotos con tallarines
Flan de vainilla
500 Calorías 23gr/proteínas

MIÉRCOLES 6 DE ABRIL DEL 2022

Peras en gajos
Crema de zapallo
Zapallitos italianos rellenos con carne
Manzanas cocidas
460 Calorías 20gr/proteínas

JUEVES 7 DE ABRIL DEL 2022

Kiwi en rodela
Ensalada de coliflor y zanahoria
Estofado
Membrillos con peras y duraznos cocidas
460 Calorías 20gr/proteínas

VIERNES 8 DE ABRIL DEL 2022

Pepinos en gajos
Ensalada brócoli y pepino
Pollo al jugo con puré
Tuti-fruti
470 Calorías 20gr/proteínas

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

JARDIN INFANTIL

LUNES 11 DE ABRIL DEL 2022

Mandarinas en gajos
Sopa de pepitas con huevo
Albóndigas de pavo con arroz primavera
Plátano con kiwi y duraznos pepinos
Cuadritos

475 Calorías 20gr/proteínas

MARTES 12 DE ABRIL DEL 2022

Peras trozadas
Ensalada de apio y tomate
Lentejas con arroz
Jalea con frutas

495 Calorías 20gr/proteínas

MIÉRCOLES 13 DE ABRIL DEL 2022 JUEVES 14 DE ABRIL DEL 2022

Pepinos con kiwi trozados
Ensalada de brócoli y betarragas
Cazuela de pollo
Manzanas cocidas con crema

460 Calorías 20gr/proteínas

Manzanas en gajos
Ensalada de pepinos y repollo
Corbatitas con salsa boloñesa
Macedonia con merengue

440 Calorías 19gr/proteínas

VIERNES 15 DE ABRIL DEL 2022

SEMANA SANTA

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

JARDIN INFANTIL

LUNES 18 DE ABRIL DEL 2022

Peras al natural
Ensalada de repollo
Pollo al jugo con arroz
Fruta al natural

460 Calorías 20gr/proteínas

MARTES 19 DE ABRIL DEL 2022

Mandarinas en gajos
Ensalada de tomate
Garbanzos con quinoa
Bavaroí

490 Calorías 21gr/proteínas

MIÉRCOLES 20 DE ABRIL DEL 2022

Naranjas en gajos
Ensalada de repollo y betarragas
Charquicán
Fruta cocida

460 Calorías 20gr/proteínas

JUEVES 21 DE ABRIL DEL 2022

Manzanas trozadas
Ensalada de p.verdes y pepino
Caracolititos con salsa y carne
Mandarinas al natural

465 Calorías 20gr/proteínas

VIERNES 22 DE ABRIL DEL 2022

Plátano en rodajas
Ensalada de apio
Cazuela de albóndigas
Peras trozadas

460 Calorías 20gr/proteínas

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

JARDIN INFANTIL

LUNES 25 DE ABRIL DEL 2022

Naranjas en rodajas
Ensalada de apio y repollo
Corbatitas con carne
Manzanas con kiwi y leche condensada

465 Calorías 20 gr/proteínas

MARTES 26 DE ABRIL DEL 2022

Manzanas en trozos
Ensalada de tomates
Menestrón
Jalea con fruta

495 Calorías 21 gr/proteínas

MIÉRCOLES 27 DE ABRIL DEL 2022

Plátano con kiwi rodajas
Ensalada de pepinos
Pollo con verduras con puré
Frutas cocidas

465 Calorías 21 gr/proteínas

JUEVES 28 DE ABRIL DEL 2022

Mandarinas en gajos
Ensalada de brócoli y betarragas
Carbonada
Peras cocidas

455 Calorías 20 gr/proteínas

VIERNES 29 DE ABRIL DEL 2022

Peras al natural
Crema de zapallo
Albóndigas de pavo al jugo con arroz
Tuti fruti

470 calorías 21 gr/proteínas

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