

PROGRAMACION DE MINUTAS MES DE MARZO DEL 2022

SALA CUNA Y JARDÍN INFANTIL " RAYEN MAHUIDA "

SALA CUNA MENOR

MARTES 1 DE MARZO DEL 2022

Jugo de naranjas
Posta/p.verdes.zapallo.papas.
tomates.sémola.
Plátano con kiwi licuado

325 Calorías 14gr/proteínas

MIÉRCOLES 2 DE MARZO DEL 2022

Jugo de duraznos cocidas
Pollo/acelga.papas.zanahoria.
zapallo.fideos.
Compota de duraznos

320 Calorías 14gr/proteínas

JUEVES 3 DE MARZO DEL 2022

Jugo de frutillas cocidas
Posta/betarragas.papas.zapallo.
Zanahoria.quinoa.
Peras cocidas licuadas

325 Calorías 14gr/proteínas

VIERNES 4 DE MARZO DEL 2022

Jugo de peras cocidas
Pavo/zapallitos italianos.papas.
p.verdes.zanahoria.avena.
Manzanas cocidas licuadas

310 Calorías 14gr/proteína

María Carolina Estay Fauré
RUT 7.051.609-8
Nutricionista
Universidad de Chile

Nota: Se suspende el plátano, huevo o pescado en caso de alergia.-

No se dará pescado, huevo o legumbres a menores que no se les ha indicado.-

SALA CUNA MENOR

LUNES 7 DE MARZO DEL 2022

Jugo de naranjas
Pollo/zapallo.papas.zanahoria.
p.verdes.arroz.
Plátano con ciruelas licuados

330 Calorías 14gr/proteínas

MARTES 8 DE MARZO DEL 2022

Jugo de membrillos
Pavo/zapallitos italianos.papas.
p.verdes.zapallo.nutrina.
Manzanas cocidas licuadas

320 Calorías 14gr/proteínas

MIÉRCOLES 9 DE MARZO DEL 2022

Jugo de duraznos cocidos
Posta/zanahoria.papas.p.verdes.
Zapallo.avena.
Compota de duraznos

325 Calorías 14gr/proteínas

JUEVES 10 DE MARZO DEL 2022

Jugo de ciruelas cocidas
Pavo/zapallitos italianos.papas.
p.verdes.zanahoria.quinoa.
Peras cocidas licuadas

315 Calorías 14gr/proteínas

VIERNES 11 DE MARZO DEL 2022

Jugo de piñas
Pollo/tomates.acelgas.p.verdes
Papas.zanahoria.fideos maría.
Mango duraznos frutillas licuadas

325 Calorías 14gr/proteínas

**María Carolina Estay Fauré
RUT 7.051.609-8
Nutricionista
Universidad de Chile**

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

SALA CUNA MENOR

LUNES 14 DE MARZO DEL 2022

Jugo de naranjas
Pollo/tomates.acelgas.p.verdes
Papas.zanahoria.fideos.
Plátano con kiwi licuado

320 Calorías 14gr/proteínas

MARTES 15 DE MARZO DEL 2022

Jugo de frutillas cocidas
Posta/tomates.p.verdes.papas.
zapallo.arroz.
Manzanas con peras cocidas licuada

315 Calorías 14gr/proteínas

MIÉRCOLES 16 DE MARZO DEL 2022

Jugo de piñas
Pollo/zapallitos italianos.zanahoria.
Papas.espinacas.sémola.
Fruta cocida licuada

320 Calorías 14gr/proteínas

JUEVES 17 DE MARZO DEL 2022

Jugo de membrillos
Posta/zapallo.p.verdes.betarragas.
papas.avena.
Duraznos frutillas licuados

330 Calorías 14gr/proteínas

VIERNES 18 DE MARZO DEL 2022

Jugo de frutas cocidas
Pavo/zapallitos italianos.zanahoria.
Papas.espinacas.chuchoca.
Plátano con naranjas licuados

320 Calorías 14gr/proteínas

María Carolina Estay Fauré
RUT 7.051.609-8
Nutricionista
Universidad de Chile

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

SALA CUNA MENOR

LUNES 21 DE MARZO DEL 2022

Jugo de naranjas
Pollo/zapallitos italianos.tomates
Papas.espinaca quinoa.
Plátano con duraznos licuados

320 Calorías 14gr/proteínas

MARTES 22 DE MARZO DEL 2022

Jugo de piñas
Posta/zapallo.p.verdes.zanahoria.
papas.avena.
Peras cocidas licuadas

330 Calorías 14gr/proteínas

MIÉRCOLES 23 DE MARZO DEL 2022

Jugo de manzanas cocidas
Pollo/porotos verdes.zanahoria.
Papas.espinacas.fideos.
Compota de frutas

320 Calorías 14gr/proteínas

JUEVES 24 DE MARZO DEL 2022

Jugo de frutillas cocidas
Posta/zapallitos italianos.papas
tomates.zapallo.arroz.
Manzanas cocidas licuadas

320 Calorías 14gr/proteínas

VIERNES 27 DE MARZO DEL 2022

Jugo de frutas cocidas
Pavo/zapallitos italianos.zanahoria.
Papas.espinacas.nutrina.
Fruta licuada

315 Calorías 14gr/proteínas

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

Nota: Se suspende el plátano, huevo o pescado en caso de alergia. -

No se dará pescado, huevo o legumbres a menores que no se les ha indicado. -

SALA CUNA MENOR

LUNES 28 DE MARZO DEL 2022

Jugo de naranjas
Pavo/p.verdes.tomates
Papas.espinaca avena.
Plátanos licuados

320 Calorías 14gr/proteínas

MARTES 29 DE MARZO DEL 2022

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

330 Calorías 14gr/proteínas

MIÉRCOLES 30 DE MARZO DEL 2022

Jugo de manzanas cocidas
Pollo/porotos verdes.zanahoria.
Papas.tomates.chuchoca.
Compota de frutas

320 Calorías 14gr/proteínas

JUEVES 31 DE MARZO DEL 2022

Jugo de piñas cocidas
Posta/zapallitos italianos.papas
zapallo.zanahoria.quinoa.
Manzanas cocidas licuadas

320 Calorías 14gr/proteínas

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

Nota: Se suspende el plátano, huevo o pescado en caso de alergia. -

No se dará pescado, huevo o legumbres a menores que no se les ha indicado. -

NIVEL JARDÍN INFANTIL

MARTES 1 DE MARZO DEL 2022

Duraznos en gajos
Ensalada de tomates y pepinos
Espirales con carne
Plátano con kiwi en rodajas

445 Calorías 21gr/proteínas

MIÉRCOLES 2 DE MARZO DEL 2022

Peras trozadas
Ensalada de zapallitos italianos con cilantro
Estofado
Duraznos en gajos

450 Calorías 21gr/proteínas

JUEVES 3 DE MARZO DEL 2022

Manzanas trozadas
Ensalada de betarragas y p.verdes
Lentejas con arroz
Jalea con fruta

505 Calorías 24gr/proteínas

VIERNES 4 DE MARZO DEL 2022

Melón trozado
Ensalada de brócoli con zanahorias
Pollo al jugo con arroz primavera
Sandía trozada

460 Calorías 21gr/proteínas

María Carolina Estay Fauré
RUT 7.051.609-8
Nutricionista
Universidad de Chile

NIVEL JARDÍN INFANTIL

LUNES 7 DE MARZO DEL 2022

Melón trozado
Ensalada de pepino y zanahoria
Corbatitas con carne
Plátano con naranjas en rodajas

445 Calorías 21gr/proteínas

MARTES 8 DE MARZO DEL 2022

Naranjas al natural
Ensalada de brócoli zanahoria
Cazuela de albóndigas de pavo con quínoa
Manzanas en juliana

455 Calorías 21gr/proteínas

MIÉRCOLES 9 DE MARZO DEL 2022

Duraznos trozados
Ensalada de tomate atún
Garbanzos guisados
Bavarois con frutillas

500 Calorías 24gr/proteínas

JUEVES 10 DE MARZO DEL 2022

Manzanas trozadas
Ensalada de apio
Pollo arvejado con arroz perla
Mandarinas en gajos

460 Calorías 21gr/proteínas

VIERNES 11 DE MARZO DEL 2021

Peras en mitades
Ensalada de repollo
Charquicán
Jalea con frutas

465 Calorías 21gr/proteínas

María Carolina Estay Fauré
RUT 7.051.609-8
Nutricionista
Universidad de Chile

NIVEL JARDÍN INFANTIL

LUNES 14 DE MARZO DEL 2022

Plátano al natural
Ensalada de tomates con pepinos
Corbatitas con atún a la crema
Tuti fruti

465 Calorías 21gr/proteínas

MARTES 15 DE MARZO DEL 2022

Manzanas en gajos
Ensalada betarragas y zapallitos italianos
Pastel de papas
Macedonia

470 Calorías 22gr/proteínas

MIÉRCOLES 16 DE MARZO DEL 2022

Duraznos en trozos
Ensalada de tomates
Porotos con tallarines
Flan de vainilla

500 Calorías 24 gr/proteínas

JUEVES 17 DE MARZO DEL 2022

kiwi en rodelas
Ensalada de repollo
Cazuela de ave
Fruta cocida

440 Calorías 21gr/proteínas

VIERNES 18 DE MARZO DEL 2022

Peras en gajos
Ensalada de tomates con pepinos
Albóndigas de pavo al jugo con arroz graneado
Naranjas con kiwi y duraznos cuadrillos

475 Calorías 22gr/proteínas

María Carolina Estay Fauré
RUT 7.051.609-8
Nutricionista
Universidad de Chile

NIVEL JARDÍN INFANTIL

LUNES 21 DE MARZO DEL 2022

Plátano rodela
Ensalada de tomates con pepinos
Chapsui de pollo con arroz
Naranjas con kiwi y duraznos cuadritos

465 Calorías 21gr/proteínas

MARTES 22 DE MARZO DEL 2022

Naranjas en gajos
Ensalada p.verdes y zanahoria
Albóndigas de pavo con puré florentino
Frutas cocidas

470 Calorías 22gr/proteínas

MIÉRCOLES 23 DE MARZO DEL 2022

Manzanas en gajos
Ensalada de tomates
Lentejas guisadas
Macedonia

505 Calorías 24gr/proteínas

JUEVES 24 DE MARZO DEL 2022

Peras trozadas
Crema de verduras
Caracolitos con salsa boloñesa
Jalea con frutas

470 Calorías 21gr/proteínas

VIERNES 25 DE MARZO DEL 2022

Mandarinas en gajos
Ensalada de repollo y zapallitos italianos
Carbonada
Tuti fruti

450 Calorías 21gr/proteínas

María Carolina Estay Fauré
RUT 7.051.609-8
Nutricionista
Universidad de Chile

NIVEL JARDÍN INFANTIL

LUNES 28 DE MARZO DEL 2022

Naranjas en rodajas
Ensalada de tomates con pepinos
Espirales al gratín
Plátano con frutillas

455 Calorías 20gr/proteínas

MARTES 29 DE MARZO DEL 2022

Manzanas trozadas
Ensalada de zapallitos italianos
Cazuela de pollo
Bavarois con frutillas

470 Calorías 23 gr/proteínas

MIÉRCOLES 30 DE MARZO DEL 2022

Naranjas en gajos
Ensalada de tomates
Garbanzos con quinoa
Pastel de manzanas

505 Calorías 24gr/proteínas

JUEVES 31 DE MARZO DEL 2022

Peras trozadas
Ensalada de brócoli zanahoria
Pastel de papas
Tuti fruti

470 Calorías 21gr/proteínas

**María Carolina Estay Fauré
RUT 7.051.609-8
Nutricionista
Universidad de Chile**