

PROGRAMACION DE MINUTAS MES DE ABRIL DEL 2023

SALA CUNA Y JARDIN INFANTIL " COLEGIO RAYEN MAHUIDA "

NIVEL SALA CUNA MENOR

LUNES 3 DE ABRIL DEL 2023

Jugo de naranjas
Pollo/p.verdes.tomate.papas.
Zapallitos italianos .arroz.
Plátano con kiwi y mandarinas licuados

340 Calorías 10gr/proteínas

MARTES 4 DE ABRIL DEL 2023

Jugo de membrillos cocidas
Posta/zapallo. acelgas.papas.
zanahoria.quínoa.
Manzanas cocidas licuadas

310 Calorías 11gr/proteínas

MIERCOLES 5 DE ABRIL DEL 2023

Jugo de piñas
Posta/berenjenas.papas.zapallo.
Zapallitos italianos.avena.
Compota de peras con ciruelas

325 Calorías 11gr/proteínas

JUEVES 6 DE ABRIL DEL 2023

Jugo de manzanas
Pavo/acelgas.p.verdes.papas.
zanahoria.fideos.
Fruta cocida licuada

310 Calorías 11gr/proteínas

VIERNES 8 DE ABRIL DEL 2022

SEMANA SANTA

**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 10 DE ABRIL DEL 2023

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

330 Calorías 11gr/proteínas

MARTES 11 DE ABRIL DEL 2023

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

310 Calorías 11gr/proteínas

MIÉRCOLES 12 DE ABRIL DEL 2023

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

335 Calorías 11gr/proteínas

JUEVES 13 DE ABRIL DEL 2023

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

320 Calorías 10gr/proteínas

VIERNES 14 DE ABRIL DEL 2023

Jugo de frutillas cocidas
Posta/tomates.zapallo.papas.
p.verdes.quinoa.
Peras cocidas licuadas

320 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 17 DE ABRIL DEL 2023

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

310 Calorías 11gr/proteínas

MARTES 18 DE ABRIL DEL 2023

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

330 Calorías 11gr/proteínas

MIERCOLES 19 DE ABRIL DEL 2023

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

325 Calorías 11gr/proteínas

JUEVES 20 DE ABRIL DEL 2023

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

310 Calorías 11gr/proteínas

VIERNES 21 DE ABRIL DEL 2023

Jugo de membrillos cocidos
Posta/berenjenas.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 24 DE ABRIL DEL 2023

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

330 Calorías 11gr/proteínas

MARTES 25 DE ABRIL DEL 2023

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

340 Calorías 11gr/proteínas

MIÉRCOLES 26 DE ABRIL DEL 2023

Jugo de manzanas cocidas
Pollo/zapallitos italianos.papas.
Zanahoria.zapallo.sémola.
Compota de peras con piñas

330 Calorías 10gr/proteínas

JUEVES 27 DE ABRIL DEL 2023

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

340 Calorías 11gr/proteínas

VIERNES 28 DE ABRIL DEL 2023

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

LUNES 3 DE ABRIL DEL 2023

Naranjas en rodajas
Ensalada de tomates y pepinos
Espirales con carne
Plátano con leche condensada

445 Calorías 20gr/proteínas

MARTES 4 DE ABRIL DEL 2023

Duraznos en trozos
Ensalada zanahoria rallada
Porotos con tallarines
Flan de vainilla

500 Calorías 23gr/proteínas

MIÉRCOLES 5 DE ABRIL DEL 2023

Peras en gajos
Ensalada de repollo
Pollo al jugo con arroz
Manzanas en mitades

460 Calorías 20gr/proteínas

JUEVES 6 DE ABRIL DEL 2023

Kiwi en rodajas
Ensalada de coliflor y zanahoria
Estofado
Frutillas en mitades con merengue

460 Calorías 20gr/proteínas

VIERNES 7 DE ABRIL DEL 2023

SEMANA SANTA

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

JARDIN INFANTIL

LUNES 10 DE ABRIL DEL 2023

Mandarinas en gajos
Ensalada de tomates
Albóndigas de pavo con arroz primavera
Plátano con kiwi y duraznos
Cuadritos

475 Calorías 20gr/proteínas

MARTES 11 DE ABRIL DEL 2023

Peras trozadas
Ensalada de porotitos verdes y espinacas
Lentejas con arroz
Jalea con frutas

495 Calorías 20gr/proteínas

MIÉRCOLES 12 DE ABRIL DEL 2023 JUEVES 13 DE ABRIL DEL 2023

Pepinos con kiwi trozados
Ensalada de brócoli
Cazuela de pollo
Peras trozadas

460 Calorías 20gr/proteínas

Manzanas en gajos
Ensalada de repollo
Corbatitas con salsa boloñesa
Naranjas en rodelas

440 Calorías 19gr/proteínas

VIERNES 14 DE ABRIL DEL 2023

Huevo duro
Ensalada pepino
Charquicán
Tuti-fruti

470 Calorías 20gr/proteínas

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

JARDIN INFANTIL

LUNES 17 DE ABRIL DEL 2023

Peras al natural
Ensalada de repollo
Pollo al jugo con arroz
Plátano con kiwi en rodela

460 Calorías 20gr/proteínas

MARTES 18 DE ABRIL DEL 2023

Mandarinas en gajos
Ensalada de tomate
Garbanzos con quinoa
Bavarois con frutillas

490 Calorías 21gr/proteínas

MIÉRCOLES 19 DE ABRIL DEL 2023

Naranjas en gajos
Ensalada de repollo y betarragas
Carbonada
Manzanas con ciruelas trozadas

460 Calorías 20gr/proteínas

JUEVES 20 DE ABRIL DEL 2023

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

465 Calorías 20gr/proteínas

VIERNES 21 DE ABRIL DEL 2023

Plátano en rodela
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 24 DE ABRIL DEL 2023

Naranjas en rodajas
Ensalada de repollo
Corbatitas con carne
Kiwi con leche condensada

465 Calorías 20 gr/proteínas

MARTES 25 DE ABRIL DEL 2023

Manzanas en trozos
Ensalada de tomates
Menestrón
Jalea con fruta

495 Calorías 21 gr/proteínas

MIÉRCOLES 26 DE ABRIL DEL 2023

Plátano en rodajas
Ensalada de pepinos
Pollo al jugo con puré
Mandarinas en gajos

465 Calorías 21 gr/proteínas

JUEVES 27 DE ABRIL DEL 2023

Huevo duro
Ensalada de brócoli y betarragas
Carbonada
Peras en medidas

455 Calorías 20 gr/proteínas

VIERNES 28 DE ABRIL DEL 2023

Peras al natural
Mix de ensaladas verdes
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**

