

SALA CUNA HETEROGÈNEO
Minuta Martes 01/10/24 al viernes 04/10/24

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Colación plátano con naranja Plátano: 100g Jugo de fruta: 50cc	Colación Pera al jugo Pera: 100g Agua: 50cc	Colación compota de pera pera: 100g Agua: 50cc	Colación saludable desde el hogar
	Almuerzo Guiso de verduras c/ pavo posta: 20g Zapallo italiano: 50g Papa: 80g Choclo: 10g Zanahoria: 10g Acelga: 10g Aceite: 5cc Postre Manzana al jugo Manzana: 100g Agua: 50cc	Almuerzo carbonada de vacuno Vacuno: 25g Zapallo: 20g Papa: 50g Sémola: 15g Acelga: 10g Zanahoria: 10g Aceite: 5cc Postre plátano con naranja Plátano: 100g Jugo de fruta: 50cc	Almuerzo Puré Florentino c/ pavo Papa: 110g Acelga: 30g Pechuga de pavo: 25g Aceite crudo: 5cc Postre Yogurt Yogurt: 125g	Almuerzo Charquicán Papa: 70g Zanahoria: 10g Zapallo: 30g Acelga: 15g Posta: 25g quinoa: 10g Aceite: 5cc Postre Manzana rallada Manzana: 100g
	Sémola c/ Leche Leche: 10g Sémola: 10g Azúcar: 5g Canela	Manzana con pera rallada Manzana: 50g Pera: 50g	Plátano picado Plátano: 100g	Colación saludable desde el hogar



Yasmin Torres Cancino
 16.834.144-k
 Nutricionista

SALA CUNA HETEROGÈNEO
Minuta Lunes 07/10/24 al Viernes 11/10/24

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Colación compota de pera pera: 100g Agua: 50cc	Colación Plátano picado Plátano: 100g	Colación Compota manzana manzana: 100g Agua: 50cc	Colación plátano con naranja Plátano: 100g Jugo de fruta: 50cc	Colación saludable desde el hogar
Almuerzo Puré Florentino c/ pavo Papa: 110g Acelga: 30g Pechuga de pavo: 25g Aceite crudo: 5cc Postre Yogurt Yogurt: 125g	Almuerzo Charquicán Papa: 70g Zanahoria: 10g Zapallo: 30g Acelga: 15g posta: 25g quinoa: 12g Aceite: 5cc Postre pera al jugo pera: 100g Agua: 50cc	Almuerzo Papilla de verduras con sémola pollo: 25g Acelga: 10g Papa: 70g Zanahoria: 15g Sémola: 15g Zapallo: 20g Aceite: 5cc Postre Plátano molido Plátano: 100g	Almuerzo Guiso de verduras c/ pavo posta: 20g Zapallo italiano: 50g Papa: 80g Choclo: 10g Zanahoria: 10g Acelga: 10g Aceite: 5cc Postre Manzana al jugo Manzana: 100g Agua: 50cc	Almuerzo carbonada de vacuno Vacuno: 25g Zapallo: 20g Papa: 50g Sémola: 15g Acelga: 10g Zanahoria: 10g Aceite: 5cc Postre plátano con naranja Plátano: 100g Jugo de fruta: 50cc
Manzana al jugo Manzana: 100g Agua: 50cc	Yogurt Yogurt: 125g	compota de pera Pera: 100g Agua: 100cc	Sémola c/ Leche Leche: 10g Sémola: 10g Azúcar: 5g Canela	Colación saludable desde el hogar



Yasmin Torres Cancino
 16.834.144-k
 Nutricionista

SALA CUNA HETEROGÈNEO
Minuta Lunes 14/10/24 al Viernes 18/10/24

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Colación Plátano molido Plátano: 100g	Colación SM: Pera al jugo Pera: 100g Agua: 50cc SC: Tutti- frutti Plátano: 40g manzana: 30g pera: 30g	Colación manzana licuada manzana: 100g Agua: 50cc	Colación Maicena c/ Leche Maicena: 10g Sémola: 10g Azúcar: 5g Canela	Colación saludable desde el hogar
Almuerzo carbonada de vacuno Vacuno: 25g Zapallo: 20g Papa: 50g Quinoa: 15g Acelga: 10g Zanahoria: 10g Aceite: 5cc Postre Manzana con pera rallada Manzana: 50g Pera: 50g	Almuerzo Puré Florentino c/ pavo Papa: 110g Acelga: 30g Pechuga de pavo: 25g Aceite crudo: 5cc Postre Compota manzana Manzana: 100g Agua 50cc	Almuerzo Papilla de verduras con sémola pavo: 25g Acelga: 10g Papa: 70g Zanahoria: 15g Sémola: 15g Zapallo: 20g Aceite: 5cc Postre Plátano molido Plátano: 100g	Almuerzo Charquicán Papa: 70g Zanahoria: 10g Zapallo: 30g Acelga: 15g ave: 25g Sémola: 12g Aceite: 5cc Postre plátano con naranja Plátano: 100g Jugo de fruta: 50cc	Almuerzo Guiso de verduras c/ pollo ave picada: 20g Zapallo italiano: 50g Papa: 80g Choclo: 10g Zanahoria: 10g Acelga: 10g Aceite: 5cc Postre Yogurt con quinoa Yogurt: 125g Quinoa: 5gr
Sémola c/ Leche Leche: 10g Sémola: 10g Azúcar: 5g Canela	yogurt Yogurt: 125g	SM: Compota pera Pera: 100g Agua: 50cc SC: Tutti- frutti Plátano: 40g manzana: 30g pera: 30g	Manzana al jugo Manzana : 100g Agua: 50cc	Colación saludable desde el hogar



Yasmin Torres Cancino
 16.834.144-k
 Nutricionista

SALA CUNA HETEROGÈNEO
Minuta Lunes 21/10/24 al viernes 25/10/24

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Colación Plátano picado Plátano: 100g	Colación al jugo Manana: 100g Agua: 50cc	Colación Compota de pera pera: 100g Agua: 50cc	Colación Manzana licuada Manzana: 100g SC: Sémola c/ Leche Leche: 10g Sémola: 10g Azúcar: 5g	Colación saludable desde el hogar
Almuerzo Charquicán Papa: 70g Zanahoria: 10g Zapallo: 30g Acelga: 15g posta: 25g quinoa: 12g Aceite: 5cc Postre Manzana licuada Manzana: 100g	Almuerzo Guiso de verduras c/ pollo ave picada: 20g Zapallo italiano: 50g Papa: 80g Choclo: 10g Zanahoria: 10g Acelga: 10g Aceite: 5cc Postre Compota de pera pera: 100g Agua: 100cc	Almuerzo Puré mixto con pavo Papa: 80g Zapallo: 40g Pavo: 25g Aceite crudo: 5cc Postre Manzana rallada: manzana:100g	Almuerzo Carbonada Vacuno Vacuno: 25g Zapallo: 20g Papa: 50g Sémola: 15g Acelga: 10g Zanahoria: 10g Aceite: 5cc Postre Plátano con jugo de naranja Plátano: 100g Jugo de fruta: 50cc	Almuerzo Papilla de verduras con sémola pavo: 25g Acelga: 10g Papa: 70g Zanahoria: 15g Sémola: 15g Zapallo: 20g Aceite: 5cc Postre Compota pera pera: 100g Agua: 50cc
Plátano con jugo de naranja Plátano: 100g Jugo de fruta: 50cc	Sémola c/ Leche Leche: 10g Sémola: 10g Azúcar: 5g Canela	SC: plátano molido Plátano: 100g SM: Yogurt con quinoa Yogurt:125g Quinoa: 5gr	pera al jugo pera: 100g Agua: 50cc	Colación saludable desde el hogar



Yasmin Torres Cancino
 16.834.144-k
 Nutricionista

SALA CUNA HETEROGÈNEO
Minuta del Lunes 28/10/24 al Jueves 31/10/24

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Colación plátano con naranja Plátano: 100g Jugo de fruta: 50cc	Colación Pera al jugo Pera: 100g Agua: 50cc	Colación Manzana al jugo Manzana: 100g Agua: 50cc		
Almuerzo Guiso de verduras c/ pollo ave picada: 20g Zapallo italiano: 50g Papa: 80g Choclo: 10g Zanahoria: 10g Acelga: 10g Aceite: 5cc Postre Manzana al jugo Manzana: 100g Agua: 50cc	Almuerzo carbonada de vacuno Vacuno: 25g Zapallo: 20g Papa: 50g Sémola: 15g Acelga: 10g Zanahoria: 10g Aceite: 5cc Postre plátano con naranja Plátano: 100g Jugo de fruta: 50cc	Almuerzo Charquicán de ave Papa: 70g Zanahoria: 10g Zapallo: 30g Acelga: 15g posta: 25g quinoa: 12g Aceite: 5cc Postre pera al jugo pera: 100g Agua: 50cc		
Sémola c/ Leche Leche: 10g Sémola: 10g Azúcar: 5g Canela	Manzana con pera rallada Manzana: 50g Pera: 50g	Plátano picado Plátano: 100g		



Yasmin Torres Cancino
16.834.144-k
Nutricionista

JARDIN INFANTIL
Minuta del Martes 01/10/24 al Viernes 04/10/24

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
	Colación Compota Pera Pera: 100g Agua: 50cc	Colación Pan con manjar	Colación Yogurt	Colación saludable desde el hogar
	Almuerzo Entrada: Ens tomate con Pepino Tomate: 50g Pepino ensalada:1 para 6 niños Plato de fondo: Lentejas guisadas Lentejas:60g Fideos:15g Zapallo:50g Zanahoria: 10g Orégano:5g Aceite: 5cc Postre: Naranja en rodela Naranja:100g	Almuerzo Entrada: Ens zanahoria con coliflor coliflor: 50g zanahoria: 40g Plato de fondo: Arroz con pollo Arroz: 60g Pollo: 50g Tomate: 20g Aceite: 5cc Postre: Yogurt Yogurt: 125g	Almuerzo Entrada: Tomate - apio Tomate: 50g Apio:30g Plato de fondo: Charquicán: Pollo: 25g Zapallo: 20g Papa: 50g Acelga: 10g Zanahoria:10g Aceite: 5cc Postre: Pera al jugo Pera: 100g Agua: 50cc	Almuerzo Entrada: Ens primavera con betarraga Primavera: 60g betarraga: 50g Plato de fondo: Carne al jugo con fideos Posta: 50 gr fideos: 60g Aceite: 5cc Postre: compota de manzana manzana: 100g Agua: 50cc
	colación p.m Fruta	colación p.m: Fruta	Colación p.m. Fruta	Colación saludable desde el hogar



Yasmin Torres Cancino
 16.834.144-k
 Nutricionista

Minuta del Lunes 07/10/24 al Viernes 11/10/24

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Colación Yogurt con quinoa Yogurt: 125g Quinoa: 5gr	Colación Tutti-fruti Plátano: 40g manzana: 30g pera: 30g	Colación Naranja en rodela Naranja: 100g	Colación Macedonia Manzana: 40g pera: 40g Plátano: 30g Jugo de naranja: 3cc	Colación saludable desde el hogar
Almuerzo Entrada: brocoli con zanahoria brocoli: 40g zanahoria: 50g Plato de fondo: Arroz primavera Arroz: 60g Primavera (choclo, poroto verde, zanahoria): 30g Posta molida: 25g Aceite: 5cc Postre: Manzana picada Manzana: 100g	Almuerzo Entrada: Ens tomate con pepino de ensalada Tomate: 50g Pepino ensalada: 1 para 6 niños Plato de fondo: Porotos guisados Porotos: 60g Fideos: 15g Zapallo: 50g Zanahoria: 10g Orégano: 5g Aceite: 5cc Postre: Naranja en rodela Naranja: 100g	Almuerzo Entrada: Ens betarraga coliflor betarraga: 50g Coliflor: 40g Plato de fondo: carbonada Carne: 25g Zapallo: 20g Papa: 50g Sémola: 15g Acelga: 10g Zanahoria: 10g Aceite: 5cc Postre: Tutti-fruti Plátano: 40g manzana: 30g pera: 30g	Almuerzo Entrada: Ens. primavera – tomate Primavera: 60g Tomate: 50g Plato de fondo: Puré con pescado Papa: 70g Zanahoria: 10g Leche: 10 g Pescado: 25g Aceite: 5cc Postre: Compota Pera Pera: 100g Azúcar: 5g Agua: 100cc	Almuerzo Entrada: Ens porotos verdes con apio apio: 50g Porotos verdes: 40g Plato de fondo: Fideos con pollo Fideos: 60g Pollo: 50g Tomate: 20g Aceite: 5cc Postre: Plátano con jugo de naranja Plátano: 100g Jugo de fruta: 50cc
Colación p.m Plátano con leche plátano: 30g Leche: 200 ml	Colación p.m Fruta: Plátano	Colación p.m Pan con palta	yogurt con cereal	Colación saludable desde el hogar

Yasmin Torres Cancino
16.834.144-k
Nutricionista

JARDIN INFANTIL
Minuta del Lunes 14/10/24 al Viernes 18/10/24

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Colación Manzana con pera picada Manzana: 50g Pera: 50g	Colación Tutifrutí Naranja: 40g Pepino: 30g Plátano: 30g	Colación Yogurt con plátano Yogurt: 125g Plátano: 100g	Colación Macedonia Manzana: 40g pera: 40g Plátano: 30g Jugo naranja: 50cc	Colación saludable desde el hogar
Almuerzo Entrada: primavera -apio primavera: 50g Apio: 30g Plato de fondo: Arroz con pollo al horno Trutro ala: 2 por niño Arroz: 60g Zanahoria: 10g Aceite: 5cc Postre: Compota pera Pera: 100g Agua: 50cc	Almuerzo Entrada: Ens. tomate pepino ensalada Pepino ensalada: 1 para 6 niños Tomate: 50g Plato de fondo: Lentejas Guisadas lentejas:60g arroz:15g Zapallo:50g Zanahoria:10g Orégano:5g Aceite: 5cc Postre: Naranja en rodela Naranja:100g	Almuerzo Entrada: Ens palta betarraga Palta: 40g Betarraga: 30g Plato de fondo: Charquicán cochayuyo: 25g Papa: 70g Zanahoria:10g Zapallo: 30g Acelga: 15g Sémola: 12g Aceite: 5cc Postre compota de manzana Manzana: 100g Agua: 50cc	Almuerzo Entrada: Ens. brócoli con apio Brócoli: 40g apio: 50g Plato de fondo: Fideos con carne Fideos: 60g Carne: 50g Tomate: 20g Aceite: 5cc Postre: Pera al jugo pera: 100g Agua: 50cc	Almuerzo Entrada: Ens. Coliflor con tomate Coliflor:: 40g Tomate: 50g Plato de fondo: Pino de pavo con puré pavo: 50g Zanahoria: 10g Papa: 100g Leche: 10g Aceite: 5cc Postre: Naranja en rodela Naranja:100g
Colación p.m. Yogurt con cereal Yogurt: 125g Cereal: 15g	Colación p.m. Frutillas	Colación p.m. Pan con huevo	Colación p.m Fruta	Colación saludable desde el hogar



Yasmin Torres Cancino
16.834.144-k
Nutricionista

JARDIN INFANTIL
Minuta Lunes 21/10/24 al viernes 25/10/24

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Colación Yogurt	Colación Plátano c/ jugo naranja Plátano: 100g Jugo de fruta: 50cc	Colación Plátano	Colación Fruta	Colación saludable desde el hogar
Almuerzo Entrada: Ens. Coliflor con tomate Coliflor:: 40g Tomate: 50g Plato de fondo: Pollo al jugo con tallarines pollo: 50g Zanahoria: 10g tomate: 30g Tallarines: 60g Aceite: 5cc Postre: Compota Manzana Manzana: 100g Agua: 50cc	Almuerzo Entrada: Ens. tomate pepino ensalada Pepino ensalada: 1 para 6 niños Tomate: 50g Plato de fondo: Porotos guisados Porotos:60g Fideos:15g Zapallo:50g Zanahoria: 10g Orégano:5g Aceite: 5cc Postre: Naranja en rodela Naranja:100g	Almuerzo Entrada: Ens. porotos verdes con betarraga Porotos verdes: 50g betarraga: 40g Plato de fondo: Charquicán cochayuyo: 25g Papa: 70g Zanahoria:10g Zapallo: 30g Acelga: 15g Sémola: 12g Aceite: 5cc Postre: Tutti-fruti Plátano: 40g manzana: 30g pera: 30g	Almuerzo Entrada: Ens. brócoli con apio Brócoli: 40g apio: 50g Plato de fondo: Guiso de verduras Zapallo italiano: 50g Cochayuyo: 25gr Papa: 80g Choclo: 10g Zanahoria:10g Acelga: 10g Aceite: 5cc Postre: Compota pera pera: 100g Agua: 50cc	Almuerzo Entrada: primavera -apio primavera: 50g Apio: 30g Plato de fondo: Pavo al horno con arroz Pavo: 50g Arroz: 60g Zanahoria: 10g Aceite: 5cc Postre: Tutti-fruti Plátano: 40g manzana: 30g pera: 30g
Colación p.m. Fruta	Colación p.m. Manzana	Colación p.m Pan con manjar	Colación p.m. Tutti frutti	Colación saludable desde el hogar



Yasmin Torres Cancino
 16.834.144-k
 Nutricionista

JARDIN INFANTIL
Minuta Lunes 28/10/24 al Jueves 31/10/24

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Colación yogurt	Colación Compota Pera Pera: 100g Agua: 50cc	Colación Manzana al jugo Manzana: 100g Agua: 50cc		
Almuerzo Entrada: Ens porotos verdes con brocoli Tomate:50g brocoli: 40g Plato de fondo: Pavo al jugo con puré pavo: 50g Zanahoria: 10g Tomate: 15g Papa: 100g Leche: 10g Aceite: 5cc Postre: Tutti- frutti Plátano: 40g Manzana: 30g pera: 30g	Almuerzo Entrada: Ens tomate con Pepino Tomate: 50g Pepino ensalada:1 para 6 niños Plato de fondo: Lentejas Guisadas lentejas:60g arroz:15g Zapallo:50g Zanahoria:10g Orégano:5g Aceite: 5cc Postre: Naranja en rodela Naranja:100g	Almuerzo Entrada: Ens primavera con betarraga Primavera: 60g betarraga: 50g Plato de fondo: carbonada Carne: 25g Zapallo: 20g Papa: 50g Sémola: 15g Acelga: 10g Zanahoria:10g Aceite: 5cc Postre: compota de pera Pera: 100g Agua: 50cc		
Colación p.m Manzana	Colación p.m. Frutillas	Colación p.m Pan con palta		



Yasmin Torres Cancino
 16.834.144-k
 Nutricionista