

Resumen Planificación Alimentaria. Lactantes 12 - 23 meses. Mes de Octubre 2018

SEMANA 1	Lunes 1	Martes 2	Miércoles 3	Jueves 4	Viernes 5
Ensalada	Pepino	Tomate	Zanahoria	Betarraga	Porotos Verdes
Principal	Pino de Pollo c/Quífaros	Porotos Guisados	Tortilla de Verduras c/Puré	Budín de Pescado c/Arroz	Garbanzos c/Arroz
Postre	Plátano /Jugo Nar.	Jalea c/Naranja	Yogurt c/Fruta	Compota de Pera	Jalea c/Fruta
SEMANA 2	Lunes 8	Martes 9	Miércoles 10	Jueves 11	Viernes 12
Ensalada	Pepino	Zanahoria	Pepino	Tomate	Espinaca
Principal	Pollo Guisado c/Arroz	Lentejas Parmesana	Carne al Jugo c/Arroz	Croquetas de Pescado c/Puré	Charquican de Pavo
Postre	Fruta c/Yogurt	Jalea c/Manzana	Tutti Frutti	Pera Picada c/Yogurt	Plátano c/Naranja
SEMANA 3	Lunes 15	Martes 16	Miércoles 17	Jueves 18	Viernes 19
Ensalada		Pepino	Zanahoria	Tomate	Betarraga
Principal	FERIADO	Pollo Guisado c/Arroz	Cazuela de Vacuno	Pescado en Salsa c/Espirales	Menestrón
Postre		Pera Picada	Plátano/Pera Picados	Compota de Manzana	Jalea c/Fruta
SEMANA 4	Lunes 22	Martes 23	Miércoles 24	Jueves 25	Viernes 26
Ensalada	Pepino	Tomate	Zanahoria	Tomate	Pepino
Principal	Huevo Revuelto-Tomate c/Arroz	Crema de Garbanzos	Albondigas en Salsa c/Puré	Pescado Al Jugo c/Caracolitos	Guiso de Pavo y Verduras c/Arroz
Postre	Plátano Picado	Jalea c/Manzana	Yogurt c/Fruta	Pera/Naranja Picadas	Manzana/Plátano Picados
SEMANA 5	Lunes 29	Martes 30	Miércoles 31	Jueves 1	Viernes 2
Ensalada	Pepino/Tomate	Zanahoria/Lechuga	Lechuga/Zanahoria		
Principal	Pollo al Jugo c/Caracolitos	Arvejas Guisadas	Carbonada	FERIADO	FERIADO
Postre	Pera/Plátano Picados	Jalea c/Naranja	Pera Picada		

Jardín Infantil y Sala Cuna 7 Colores - Quilicura.
Nicolás Tejada Estevez - Nutricionista.

