

Colegio : LICEO SAN AGUSTIN
Comuna: CONCEPCIÓN
Región : REGIÓN DEL BIO-BIO

Junio 2022

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
		1 DESAYUNO: Leche sabor Vainilla Pan Integral con Queso ALMUERZO: Ens. Tomate Garbanzos Guisados (L) Manzana Entera Nat	2 DESAYUNO: Leche blanca con chocolate amargo Pan Blanco con Pechuga Pavo ALMUERZO: Ens. Repollo Fideos Tricolor Flan c/miel Huevo Revuelto (H) c/	3 DESAYUNO: Huevo Revuelto c/Tomate Leche sabor Vainilla ALMUERZO: Arroz Perla Carne Arvejada (CC) c/ Ens. Zanahoria Choclo Pera Entera Nat	4	5
6 DESAYUNO: Avena Leche sabor Vainilla ALMUERZO: Arroz a la Jardinera Ens. Repollo Zanahoria Huevo Revuelto (H) c/ Pure de Fruta	7 DESAYUNO: Leche blanca sin sabor Pan Integral con Huevo revuelto ALMUERZO: Ens. Tomate Guiso de Lentejas (LLG) Manzana Entera Nat	8 DESAYUNO: Leche blanca con Sab. Vainilla Pan Integral con Tomate oregano ALMUERZO: Ens. Papa Arveja Zanahoria Espirales Blancas Trutro de Pollo al Jugo (CT) c/ Yogurt c/Pera	9 DESAYUNO: Leche Sabor Chocolate Pan Blanco con Queso ALMUERZO: Churrasco de Vacuno (CCH) c/ Ens. Acelga Repollo c/Limon Natural Kiwi Trozado Pure de Papas (Mitad)	10 DESAYUNO: Huevo Revuelto c/Tomate Leche sabor Vainilla ALMUERZO: Caldillo de Pescado (PFP) Ens. Zanahoria Arvejas Manzana Entera Nat	11	12
13 DESAYUNO: Huevo Revuelto Leche blanca sin sabor ALMUERZO: Arroz a la Jardinera Croquetas de Pescado (PJP) c/ Ens. Repollo Semola c/Leche y Miel	14 DESAYUNO: Cafe descafeinado Pan Integral con Tomate oregano ALMUERZO: Ens. Apio Choclo Filetito de Pollo Asado o Salteado (CF) c/ Garbanzos Guisados (L) Manzana Entera Nat	15 DESAYUNO: Leche sabor Vainilla Pan Integral con Huevo revuelto ALMUERZO: Ens. Zanahoria P.Verdes Jalea con Yogurt Mejillones c/Fideos (MPM)	16 DESAYUNO: Leche blanca con Sab. Vainilla Pera Entera Nat ALMUERZO: Charquican Mar y Tierra (CMAPMLGPR) Ens. Repollo Zanahoria Manzana Entera Nat	17 DESAYUNO: Huevo Revuelto c/Tomate Leche Sabor Chocolate ALMUERZO: Arroz Graneado Churrasco de Vacuno (CCH) c/ Ens. Choclo arvejas Kiwi Trozado	18	19
20 DESAYUNO: Granola Leche sabor Vainilla ALMUERZO: Arroz Graneado Ens. Repollo Zanahoria Flan c/miel Nugget de Pescado (PAPP) c/	21	22 DESAYUNO: Leche Sabor Chocolate Pan Blanco con Pechuga Pavo ALMUERZO: Ens. Tomate Guiso de Lentejas (LLG) Pure de Fruta	23 DESAYUNO: Huevo Revuelto c/Tomate Leche blanca con Sab. Vainilla ALMUERZO: Atun en salsa blanca (PAPM) c/ Ens. Papa Choclo Arveja Fideos Ravioles Manzana Entera Nat	24 DESAYUNO: Leche sabor Vainilla Manzana Entera Nat ALMUERZO: Ens. Acelga Repollo c/Limon Natural Pera Entera Nat Pure de Papas (Mitad) Trutro de Pollo al Jugo (CT) c/	25	26
27	28 DESAYUNO: Huevo Revuelto Leche blanca con Sab. Vainilla ALMUERZO: Croquetas de Pescado (PJP) c/ Ens. Zanahoria Arvejas Fideos Tricolor Semola c/Leche y Miel	29 DESAYUNO: Leche Sabor Chocolate Manzana Entera Nat ALMUERZO: Duraznos en Conserva Ens. Zapallito Zanahoria Porotos c/Riendas (LPR)	30 DESAYUNO: Cafe descafeinado Pan Integral con Tomate oregano ALMUERZO: Arroz Graneado Nugget de Pescado (PAPP) c/ Sopa de Verduras Nat Yogurt c/Manzana			