

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

Agosto 2022

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
1 DESAYUNO: Avena Leche Sabor Chocolate ALMUERZO: Duraznos en Conserva Ens. Repollo Fideos Tricolor Huevo Revuelto (H) c/	2 DESAYUNO: Leche blanca con Sab. Vainilla Pan Integral con Queso ALMUERZO: Ens. Zanahoria Choclo Garbanzos Guisados (L) Pure de Fruta	3 DESAYUNO: Leche Sabor Chocolate Pan Blanco con Pechuga Pavo ALMUERZO: Arroz Perla Carne al Jugo (CC) c/ Ens. Tomate Flan c/miel	4 DESAYUNO: Leche Sabor Vainilla Pera Entera Nat ALMUERZO: Croquetas de Pescado (PJP) c/ Ens. Papa Arveja Zanahoria Espirales Zanahoria Manzana Entera Nat	5 DESAYUNO: Huevo Revuelto c/Tomate Leche blanca sin sabor ALMUERZO: Ens. Repollo Filetillo de Pollo al Jugo (CF) c/ Naranja Entera Nat Pure de Papas (Mitad)	6	7
8 DESAYUNO: Leche Sabor Vainilla Pan Integral con Tomate oregano ALMUERZO: Arroz a la Jardinera Budin de Jurel (PJP) c/ Ens. Repollo Zanahoria Manzana Entera Nat	9 DESAYUNO: Leche blanca sin sabor Pan Integral con Huevo revuelto ALMUERZO: Ens. Tomate Lentejas Guisadas Naranja Entera Nat	10 DESAYUNO: Cafe descafeinado Pan Integral con Tomate oregano ALMUERZO: Ens. Apio Espirales Blancos Filete Merluza al Horno-la Olla (PFPM) c/ Yogurt c/Pera	11 DESAYUNO: Leche Sabor Chocolate Pan Blanco con Queso ALMUERZO: Ens. Repollo c/limon natural Lomito de Cerdo (C) c/ Manzana Entera Nat Pure de Papas (Mitad)	12 DESAYUNO: Huevo Revuelto c/Tomate Leche Sabor Vainilla ALMUERZO: Atun en salsa blanca (PAPM) c/ Ens. Zanahoria Choclo Fideos Raviolos Pera Entera Nat	13	14
15	16 DESAYUNO: Huevo Revuelto Leche blanca sin sabor ALMUERZO: Arroz Graneado Croquetas de Pescado (PJP) c/ Semola c/Leche y Miel	17 DESAYUNO: Leche Sabor Chocolate Pan Integral con Tomate oregano ALMUERZO: Ens. Apio Lentejas Guisadas Manzana Entera Nat	18 DESAYUNO: Leche Sabor Vainilla Manzana Entera Nat ALMUERZO: Espirales Blancos Jalea con Yogurt Sopa de Verduras Nat Trutro de Pollo Asado (CT) c/	19 DESAYUNO: Cafe descafeinado Huevo Revuelto c/Tomate ALMUERZO: Caldillo de Pescado (PFPM) Ens. Zanahoria Choclo Pera Entera Nat	20	21
22 DESAYUNO: Huevo Revuelto c/Tomate Leche Sabor Vainilla ALMUERZO: Arroz a la Jardinera Ens. Repollo Filete Merluza al Horno-la Olla (PFPM) c/ Flan c/miel	23 DESAYUNO: Granola Leche Sabor Chocolate ALMUERZO: Ens. Zanahoria Choclo Espirales Zanahoria Lomito de Cerdo (C) c/ Pera Entera Nat	24 DESAYUNO: Leche Sabor Vainilla Pan Integral con Huevo revuelto ALMUERZO: Ens. Tomate Lentejas Guisadas Manzana Entera Nat	25 DESAYUNO: Leche Sabor Chocolate Pan Integral con Queso ALMUERZO: Arroz con Mariscos (MPM) Ens. Zanahoria Choclo Yogurt c/Manzana	26 DESAYUNO: Leche blanca sin sabor Pan Integral con Huevo revuelto ALMUERZO: Charquican Mar y Tierra (CMAPMLGPR) Ens. Repollo c/limon natural Naranja Entera Nat	27	28
29 DESAYUNO: Leche blanca sin sabor Pan Integral con Tomate oregano ALMUERZO: Ens. Repollo Fideos Tricolor Huevo Revuelto (H) c/ Semola c/Leche y Miel	30 DESAYUNO: Leche blanca con chocolate amargo Pan Blanco con Pechuga Pavo ALMUERZO: Arroz Graneado Croquetas de Pescado (PJP) c/ Ens. Zanahoria Arvejas Pera Entera Nat	31 DESAYUNO: Huevo Revuelto Leche Sabor Vainilla ALMUERZO: Garbanzos Guisados (L) Manzana Entera Nat				