

PROGRAMACION DE MINUTAS MES DE MARZO DEL 2023

SALA CUNA MAYOR " MUNDO IDEAL "

SALA CUNA MAYOR

MIÉRCOLES 1 DE MARZO DEL 2023

Colación de mañana Duraznos trozados
Ensalada de pepinos
Corbatitas carne
Plátano con kiwi en rodajas
Colación de tarde naranjas en rodajas

355 Calorías 17gr/proteínas

JUEVES 2 DE MARZO DEL 2023

Colación de mañana ciruelas trozadas
Ensalada de tomates
Pollo al jugo con arroz primavera
Duraznos en mitades
Colación de tarde duraznos trozados

395 Calorías 19gr/proteínas

VIERNES 3 DE MARZO DEL 2023

Colación de mañana melón trozado
Ensalada de brócoli con zanahorias
Charquicán
Melón trozado
Colación de tarde jalea con fruta

355 Calorías 17gr/proteínas

**María Carolina Estay Fauré
RUT 7.051.609-8
Nutricionista
Universidad de Chile**

**Nota: Se suspende el plátano, huevo o pescado en caso de alergia. -
No se dará pescado, huevo o legumbres a menores que no se les ha indicado. -**

SALA CUNA MAYOR

LUNES 6 DE MARZO DEL 2023

Colación de mañana Naranjas en gajos
Ensalada de pepino y zanahoria
Caracolitos con salsa boloñesa
Plátano con miel de palma
Colación de tarde kiwi rodela

370 Calorías 17gr/proteínas

MARTES 7 DE MARZO DEL 2023

Colación de mañana Membrillos cocidos
Ensalada de tomates con atún
Porotos con tallarines
Manzanas en juliana
Colación de tarde duraznos trozados

400 Calorías 18gr/proteínas

MIÉRCOLES 8 DE MARZO DEL 2023

Colación de mañana Mandarinas en gajos
Ensalada de brócoli
Albóndigas de pavo al jugo con puré
Macedonia
Colación de tarde manzanas en gajos

355 Calorías 17gr/proteínas

JUEVES 9 DE MARZO DEL 2023

Colación de mañana Ciruelas en trozos
Ensalada de betarragas
Pollo al jugo con arroz perla
Mandarinas en gajos
Colación de tarde naranjas en rodela

365 Calorías 17gr/proteínas

VIERNES 10 DE MARZO DEL 2023

Colación de mañana Peras con mango al natural
Ensalada de repollo
Estofado
Jalea con frutas
Colación de tarde plátano rodela

360 Calorías 17gr/proteínas

**María Carolina Estay Fauré
RUT 7.051.609-8
Nutricionista
Universidad de Chile**

**Nota: Se suspende el plátano, huevo o pescado en caso de alergia.-
No se dará pescado, huevo o legumbres a menores que no se les ha indicado.-**

SALA CUNA MAYOR

LUNES 13 DE MARZO DEL 2023

Colación de mañana Manzanas trozadas
Ensalada de tomates con pepinos
Pollo asado con arroz primavera
Plátano manzanas kiwi trozados
Colación de tarde naranjas rodela

350 Calorías 17gr/proteínas

MARTES 14 DE MARZO DEL 2023

Colación de mañana plátano trozados
Ensalada betarragas y zapallitos italianos
Lentejas con quinoa
Macedonia
Colación de tarde mandarinas en gajos

395 Calorías 18gr/proteínas

MIÉRCOLES 15 DE MARZO DEL 2023

Colación de mañana peras en trozos
Ensalada de tomates
Estofado
Flan de vainilla
Colación de tarde jalea

380 Calorías 18gr/proteínas

JUEVES 16 DE MARZO DEL 2023

Colación de mañana ciruelas al natural
Ensalada de repollo
Pollo arvejado con puré
Tuti fruti
Colación de tarde plátano rodela

360 Calorías 17gr/proteínas

VIERNES 17 DE MARZO DEL 2023

Colación de mañana naranjas rodela
Ensalada de brócoli y zanahorias
Corbatitas con atún a la crema
Naranja frutillas y duraznos en láminas
Colación de tarde frutillas trozadas

350 Calorías 17gr/proteínas

María Carolina Estay Fauré
RUT 7.051.609-8
Nutricionista
Universidad de Chile

Nota: Se suspende el plátano, huevo o pescado en caso de alergia. -

No se dará pescado, huevo o legumbres a menores que no se les ha indicado. -

SALA CUNA MAYOR

LUNES 20 DE MARZO DEL 2023

Colación de mañana Frutillas con mango
Ensalada de tomates con pepinos
Chapsui de pollo
Plátano con kiwi
Colación de tarde mandarinas

360 Calorías 17gr/proteínas

MARTES 21 DE MARZO DEL 2023

Colación de mañana Manzanas trozadas
Ensalada p.verdes y zanahoria
Garbanzos con arroz
Bavaroï con frutillas
Colación de tarde jalea

390 Calorías 18gr/proteínas

MIÉRCOLES 22 DE MARZO DEL 2023

Colación de mañana Membrillo peras
Ensalada de tomates
Pastel de papas
Macedonia
Colación de tarde manzanas en gajos

360 Calorías 17gr/proteínas

JUEVES 23 DE MARZO DEL 2023

Colación de mañana Duraznos en cuadritos
Ensalada de coliflor
Caracolititos con salsa boloñesa
Jalea con frutas
Colación de tarde frutillas

350 Calorías 18gr/proteínas

VIERNES 24 MARZO DEL 2023

Colación de mañana Ciruelas en gajos
Ensalada de repollo
Carbonada
Tuti fruti
Colación de tarde kiwi

350 Calorías 17gr/proteínas

**María Carolina Estay Fauré
RUT 7.051.609-8
Nutricionista
Universidad de Chile**

**Nota: Se suspende el plátano, huevo o pescado en caso de alergia. -
No se dará pescado, huevo o legumbres a menores que no se les ha indicado. -**

SALA CUNA MAYOR

LUNES 27 DE MARZO DEL 2023

Colación de mañana Ciruelas en gajos
Ensalada de pepinos
Espirales al gratín
Plátano con miel de palma
Colación de tarde kiwi

350 Calorías 17gr/proteínas

MARTES 28 DE MARZO DEL 2023

Colación de mañana naranjas rodela
Ensalada de tomates con atún
Porotos con tallarines
Macedonia
Colación de tarde peras

380 Calorías 17gr/proteínas

MIÉRCOLES 29 DE MARZO DEL 2023 JUEVES 30 DE MARZO DEL 2023

Colación de mañana peras
Ensalada de repollo
Cazuela de albóndigas
Flan de vainilla
Colación de tarde plátano

375 Calorías 19gr/proteínas

Colación de mañana kiwi
Ensalada de brócoli
Pollo al jugo con puré
Jalea con frutas
Colación de tarde mandarinas

350 Calorías 15gr/proteínas

VIERNES 31 MARZO DEL 2023

Colación de mañana manzanas en gajos
Ensalada de tomates con choclos
Croquetas de pescado con arroz primavera
Tuti fruti
Colación de tarde kiwi

350 Calorías 17gr/proteínas

**María Carolina Estay Fauré
RUT 7.051.609-8
Nutricionista
Universidad de Chile**

**Nota: Se suspende el plátano, huevo o pescado en caso de alergia. -
No se dará pescado, huevo o legumbres a menores que no se les ha indicado. -**