

MENÚ SEMANAL

SEMANA DEL 20 AL 24 DE OCTUBRE/2025

COMEDOR ALICE'S FOOD

	L	Kcal	M	Kcal	MI	Kcal	J	Kcal	V	Kcal
Sopa	SANCOCHO DE PESCADO	330,52	SOPA DE LEGUMBRES CON POLLO	320,25	SOPA DE FRÉJOL CON ATÚN	356,68	SOPA DE LENTEJA CON QUESO	290,57	CHUPE DE PESCADO	253,23
Plato fuerte	ARROZ CON MENESTRA DE FRÉJOL Y POLLO A LA BBQ	464,65	ARROZ, ENSALADA DE COL MORADA Y CARNE FRITA	467,06	ARROZ CON TALLARÍN SALTADO CON LEGUMBRES Y POLLO	503,61	MORO DE FRÉJOL, ESTOFADO DE CARNE Y ENSALADA DE PEPINO/TOMATE	491,92	ARROZ CON LOMITO SALTADO	455,15
Jugo	Fruta de temporada (25-70 KCAL)									
Postre (Alm. ejecutivo)	Pastelería (50-180 KCAL) o porción de fruta del día (30-75 KCAL)									

MENÚ SEMANAL

SEMANA DEL 20 AL 24 DE OCTUBRE/2025

COMEDOR DEL CELEX

	L	Kcal	M	Kcal	MI	Kcal	J	Kcal	V	Kcal
Sopa	CALDO DE HABAS CON CARNE	305,60	CALDO DE TORREJA	388,10	SOPA DE QUINOA	326,08	CONSOMÉ DE POLLO CON VERDURAS	267,9	MENESTRÓN DE QUESO	339,11
Plato fuerte	ARROZ, LOMO CON CHAMPIÑONES, PAPITAS GRATINADAS	495	ARROZ, PECHUGA A LA PLANCHA, MENESTRA DE FRÉJOL	382	ARROZ, LOMO A LA PIMIENTA, ENSALADA BETERAVA Y ZANAHORIA	386,4	ARROZ, SECO DE POLLO, MADURO	509,6	ARROZ, SANGO DE VERDE CON CAMARÓN	479,2
Jugo	FRUTA DE TEMPORADA (90-100 Kcal)									

MENÚ SEMANAL

SEMANA DEL 20 AL 24 DE OCTUBRE/ 2025

COMEDOR DELIFOODIES

	L	Kcal	M	Kcal	MI	Kcal	J	Kcal	V	Kcal
Sopa	CALDO DE ACELGA	103,09	CREMA DE ZAPALLO	172,12	CALDO DE VERDURAS	74,78	CALDO DE CARNE	333,52	CREMA DE ZANAHORIA	154,7
Plato fuerte	ARROZ CON LOMO SALTADO Y PAPAS, ENSALADA DE HOJAS VERDES	368,2	ARROZ, POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES Y ENSALADA DE BETERAVA ENCURTIDA	338,0	ARROZ, PAPAS CHAUCHA SALTEADAS, CHULETA, CON ENSALSADA DE VEGETALES	433,5	ARROZ CHINO, CERDO AGRIDULCE, ENSALADA DE COL BLANCA	446,37	ARROZ, ESTOFADO DE CARNE ENSALDA DE AGUACATE	363,2
Jugo	Fruta de temporada (90-100 kcal)									
Postre (Alm. ejecutivo)	Postre (90-150kcal) o Fruta (50-90 kcal)									

MENÚ SEMANAL

SEMANA DEL 20 AL 24 DE OCTUBRE/ 2025

COMEDOR FADCOM

	L	Kcal	M	Kcal	MI	Kcal	J	Kcal	V	Kcal
Sopa	SOPA DE QUESO	198,9	SOPA DE ATÚN	212,7	MENESTRÓN DE CHANCHO	498,63	SANCOCHO BLANCO	155,0	SOPA DE QUINUA CON CARNE	270,0
Plato fuerte	ARROZ BLANCO, POLLO A LA MOSTAZA, ENSALADA ALEMANA	586,10	ARROZ BLANCO, CARNE EN SALSA DE CHAMPIÑONES, ENSALADA DE COLESLAW	526,04	ARROZ BLANCO, POLLO BBQ Y ENSALADA DE VERDURAS	458,00	ARROZ BLANCO, POLLO AL HORNO, ENSALADA DE FIDEO	589,00	ARROZ BLANCO, CARNE A LA PLANCHA, ENSALADA DE PICO DE GALLO	337,00
Jugo	FRUTA DE TEMPORADA (90-100 Kcal)									