

# ALMUERZO ESCOLAR

## MENÚ CICLICO

SEMANA 1					
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>Plato Principal</b>	Vori Vori de carne	Picadito de Pollo con puré de papa	Sopa de Poroto con arroz y verduras	Fideo con salsa de pollo	So'o Apu'a
<b>Guarnición</b>	Ensalada de lechuga, zanahoria y pepino	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria	Ensalada de lechuga, cebolla y tomate	Ensalada de repollo, cebollita y tomate	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
<b>Postre</b>	Crema	Manzana	Naranja	Manzana	Naranja
<b>KCAL</b>	<b>500</b>	<b>485</b>	<b>480</b>	<b>475</b>	<b>470</b>

SEMANA 2					
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>Plato Principal</b>	Tallarín con salsa de pollo	Jopara	Soyo	Polenta y salsa de pollo	Guiso de arroz con carne
<b>Guarnición</b>	Ensalada de lechuga, cebolla y tomate	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria	Ensalada de lechuga, zanahoria y pepino	Ensalada de lechuga, cebolla y tomate	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
<b>Postre</b>	Manzana	Naranja	Arroz con leche	Manzana	Banana
<b>KCAL</b>	<b>495</b>	<b>450</b>	<b>480</b>	<b>475</b>	<b>470</b>

SEMANA 3					
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>Plato Principal</b>	Sopa de verduras con carne	Arroz con picadito de verduras	Sopa de carne magra con verduras y locro	Guiso de arroz con poroto manteca	Tallarín con picadito de carne de pollo
<b>Guarnición</b>	Ensalada de lechuga, zanahoria y pepino	Ensalada de repollo, tomate y zanahoria	Ensalada de tomate, zanahoria y choclo	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
<b>Postre</b>	Banana	Manzana	Crema	Naranja	Manzana
<b>KCAL</b>	<b>470</b>	<b>475</b>	<b>490</b>	<b>498</b>	<b>495</b>

SEMANA 4					
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>Plato Principal</b>	Vori Vori de pollo	Pasta con salsa de picadito de carne	Guiso de poroto con arroz	Estofado de pollo con papa	Albóndiga de carne con arroz
<b>Guarnición</b>	Ensalada de repollo, zanahoria y tomate	Ensalada de lechuga, cebolla y tomate	Ensalada de lechuga, zanahoria y pepino	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria	Ensalada de repollo, zanahoria y tomate
<b>Postre</b>	Crema	Manzana	Naranja	Manzana	Banana
<b>KCAL</b>	<b>500</b>	<b>495</b>	<b>475</b>	<b>480</b>	<b>470</b>

**Observación:** El menú cíclico es la distribución normalizada de los menús para un periodo de tiempo de 21 días, con el objetivo de brindar variabilidad. Para los proyectos locales se considerará la posibilidad de utilizar mínimamente dos semanas de menú cíclico, y excepcionalmente se podrá realizar la repetición de los platos, bajo autorización de la Gobernación/Intendencia.