



MENU COLEGIO AUGUSTO WEBERBAUER

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
31-Jul	1-Ago	2-Ago	3-Ago	4-Ago
	Ensalada mixta	Menestron de verduras	Ensalada fresca	Sopa de casa
	CAL: 50, PROT: 5GR, GRASA:0GR, CHOS: 6 GR	CAL: 172, PROT: 10GR, CHOS: 5GR, GRASA: 15GR	CAL: 164, PROT: 9GR, GRASA: 5GR, CHOS: 22GR	CAL: 142, PROT:9, CHOS: 23, GRASA 1GR
	Aji de gallina	Lomo saltado con papas fritas y arroz	Caracolititos con atun	Lomito con chaufa
	CAL: 749, PROT:37GR, CHOS:95GR,GRASA:24GR	CAL: 896, PROT: 25GR, CHOS: 126GR, GRASA: 36GR	CAL: 726, PROT: 37GR, CHOS: 92GR, GRASA: 23GR	CAL: 791, PROT: 57GR, CHOS: 91GR, GRASA: 36GR
	Pescado con lentejitas	Pollo al horno con quinua guisada y arroz	Filete a la plancha con puré de garbanzos y arroz	Seco de pollo con yucas
	CAL: 673, PROT: 36GR, CHOS: 109GR, GRASA: 14GR	CAL: 521, PROT: 27GR, CHOS: 94GR, GRASA:6GR	CAL: 542, PROT: 25GR, GRASA: 10GR, CHOS: 100GR	CAL: 565, PROT:30GR, CHOS:90GR, GRASA:5GR
	Mazamorra	Fruta	Mini alfajor	Fruta
	CAL: 138, PROT: 3GR, GRASA: 3, CHOS: 24GR	CAL:60, GRASA:0GR, PROT:1, CHOS: 13GR	CAL: 115, PROT: 1GR, GRASA: 5GR, CHOS: 18GR	CAL:60, GRASA:0GR, PROT:1, CHOS: 13GR
	Refresco de fruta ó agua pura	Refresco de fruta ó agua pura	Refresco de fruta ó agua pura	Refresco de fruta ó agua pura
	CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
7-Ago	8-Ago	9-Ago	10-Ago	11-Ago
Ensalada fresca	Sopa de casa	Ensalada mixta	Sopa de verduras	Tequeños con guacamole
CAL: 65, GRASA:2GR, CHOS: 2, PROT: 3GR	CAL: 50, PROT: 5GR, GRASA:0GR, CHOS: 6 GR	CAL: 50, PROT: 5GR, GRASA:0GR, CHOS: 6 GR	CAL: 50, PROT: 5GR, GRASA:0GR, CHOS: 6 GR	CAL: 142, PROT:9, CHOS: 23, GRASA 1GR
Arroz con pollo	Arroz tapado de carne con huevo frito	Pollo al horno con puré y arroz	Pescado apanado con tallarines en salsa verde	Filete de pechuga en salsa blanca con vegetales y arroz
CAL: 815, PROT:39GR, CHOS:130GR, GRASA:8GR	CAL: 747, PROT: 38GR, CHOS:100GR, GRASA:17GR	CAL: 640, PROT:29GR, CHOS:95GR, GRASA:15GR	CAL: 661, PROT: 35GR, CHOS: 59GR, GRASA: 16GR	CAL: 791, PROT: 57GR, CHOS: 91GR, GRASA: 36GR
Seco de res con frijoles, arroz y sarza criolla	Escabeche de pescado con camote y arroz	Pollo saltado con frijol castilla y arroz	Albóndigas entomatadas con locro de zapallo y arroz	Pollito al jugo con trigo y arroz
CAL: 499, PROT: 30GR, CHOS: 84GR, GRASA: 4GR	CAL: 627, PROT: 36GR, GRASA: 17GR	CAL: 886, PROT:40GR, CHOS: 95GR, GRASA: 31GR	CAL: 589, PROT: 42GR, CHOS:120GR, GRASA:7GR	CAL: 520, PROT:25GR, CHOS:81GR, GRASA:13GR
Mazamorra	Fruta	Gelatina	keke	Fruta
CAL:60, GRASA:0GR, PROT:1, CHOS: 13GR	CAL: 115 CAL, PROT: 7GR, CHOS: 13GR, GRASA: 4GR.	CAL:60, GRASA:0GR, PROT:1, CHOS: 13GR	CAL: 92, GRASA:3GR, CHOS:15, PROT:1GR	CAL:60, GRASA:0GR, PROT:1, CHOS: 13GR
Refresco de fruta ó agua pura	Refresco de fruta ó agua pura	Refresco de fruta ó agua pura	Refresco de fruta ó agua pura	Refresco de fruta ó agua pura
CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
14-Ago	15-Ago	16-Ago	17-Ago	18-Ago
Ensalada fresca	Huevo relleno	Sopa Wantan	Ensalada mixta	Sopa de la casa
CAL: 65, GRASA:2GR, CHOS: 2, PROT: 3GR	CAL: 50, PROT: 5GR, GRASA:0GR, CHOS: 6 GR	CAL: 142, PROT:9, CHOS: 23, GRASA 1GR	CAL: 50, PROT: 5GR, GRASA:0GR, CHOS: 6 GR	CAL:164, PROT:9, GRASA:5GR, CHOS:22GR
Bistec jugoso con pure de espinaca y arroz	Pechuguita dorada con spaguetti al alfredo	Lomito de pollo con chaufa	Pollo tipo brasa con papas fritas y arroz	Chanchito horneado con camote glaseado y arroz
CAL:477, PROT: 29GR, CHOS: 60GR, GRASA: 11GR	CAL: 799, PROT: 33GR, CHOS: 71GR, GRASA: 42GR	CAL: 791, PROT: 57GR, CHOS: 91GR, GRASA: 36GR	CAL: 914, PROT: 38GR, CHOS: 107GR, GRASA: 14GR	CAL: 586, PROT: 30GR, CHOS: 94GR, GRASA: 9GR
Pollo a la olla con lentejitas y arroz	Chicharroncito de pescado con alverjita partida y arroz	Estofado de carne con trigo	Pescado con garbanzos y arroz	Olluquito de pollo con arroz
CAL: 585 PROT:39GR, CHOS:103GR, GRASA: 7GR	CAL: 659, PROT: 37GR, CHOS: 112GR, GRASA:7GR	CAL: 618, PROT: 27GR, GRASA:6GR, CHOS: 107GR	CAL: 518, PROT: 28GR, CHOS: 90GR, GRASA: 6GR	CAL: 655, PROT:20GR, CHOS:132GR, GRASA: 6GR
Mazamorra	Fruta	Flan	Brownie	Fruta
CAL:60, GRASA:0GR, PROT:1, CHOS: 13GR	CAL: 24, GRASA:0GR, CHOS: 5GR, PROT: 1GR	CAL:60, GRASA:0GR, PROT:1, CHOS: 13GR	CAL: 80, PROT:2GR, CHOS: 14GR, GRASA: 3GR	CAL:60, GRASA:0GR, PROT:1, CHOS: 13GR
Refresco de fruta ó agua pura	Refresco de fruta ó agua pura	Refresco de fruta ó agua pura	Refresco de fruta ó agua pura	Refresco de fruta ó agua pura
CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G



MENU COLEGIO AUGUSTO WEBERBAUER

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
21-Ago	22-Ago	23-Ago	24-Ago	25-Ago
Sopa de casa	Huevo a la aurora	Sopa a la minuta	Ensalada cocida	Ensalada mixta
CAL: 193, PROT: 11GR, CHOS:23GR, GRASA: 5GR	CAL: 65, GRASA:2GR, CHOS: 2, PROT: 3GR	CAL: 95, PROT: 0GR, GRASA: 5GR, CHOS: 10GR	CAL: 50, PROT: 5GR, GRASA:0GR, CHOS: 6 GR	CAL: 50, PROT: 5GR, GRASA:0GR, CHOS: 6 GR
Cordon blue de pollo con vegetales y arroz	Lomo saltado con papas fritas y arroz	Bistec anticuchado con camote sancochado y arroz	Pollo al horno con tallarines rojos	Pollo a la king con papa sancochada y arroz
CAL: 617, PROT: 37GR, CHOS: 78GR, GRASA:15GR	CAL: 896, PROT: 25GR, CHOS: 126GR, GRASA: 36GR	CAL:579, PROT: 24GR, CHOS: 116GR, GRASA: 3GR	CAL: 798, PROT:41GR, CHOS:130GR, GRASA:17GR	CAL: 552, PROT:23GR, CHOS:96, GRASA:13GR
Pescado con lentejitas y arroz	Seco de carne con yuca y arroz	Pollo chi jau kai con vegetales y arroz	Enrollado de carne molida con quinua y arroz	Pescado entomatado con alverjita partida y arroz
CAL: 585 PROT:39GR, CHOS:103GR, GRASA: 7GR	CAL: 565, PROT:30GR, CHOS:90GR, GRASA:5GR	CAL:798 PROT: 44, CHOS: 76GR, GRASA: 50GR	CAL: 627, PROT: 36GR, GRASA: 17GR	CAL: 585 PROT:39GR, CHOS:103GR, GRASA: 7GR
Arroz con leche	Ensalada de frutas	Gelatina	keke	Fruta
CAL:60, GRASA:0GR, PROT:1, CHOS: 13GR	CAL:60, GRASA:0GR, PROT:1, CHOS: 13GR	CAL:60, GRASA:0GR, PROT:1, CHOS: 13GR	CAL: 92, GRASA:3GR, CHOS:15, PROT:1GR	CAL:60, GRASA:0GR, PROT:1, CHOS: 13GR
Refresco de fruta ó agua pura	Refresco de fruta ó agua pura	Refresco de fruta ó agua pura	Refresco de fruta ó agua pura	Refresco de fruta ó agua pura
CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
28-Ago	29-Ago	30-Ago	31-Ago	1-Set
Sopa pac pow	Ensalada de lechuga, zanahoria y betarraga ravada	Causita de verduras	Menestrón de verduras	Ensalada fresca
CAL: 142, PROT:9, CHOS: 23, GRASA 1GR	CAL: 50, PROT: 5GR, GRASA:0GR, CHOS: 6 GR	CAL: 172, PROT: 10GR, CHOS: 5GR, GRASA: 15GR	CAL: 164, PROT: 9GR, GRASA: 5GR, CHOS: 22GR	CAL: 50, PROT: 5GR, GRASA:0GR, CHOS: 6 GR
Pollo a la olla con lentejitas y arroz	Bistec con trigo al pesto y arroz	Adobo de chancho con camote y arroz	Pollito al horno con ensalada rusa sin mamonosa y arroz	Tallarines rojos con pollo
CAL: 585 PROT:39GR, CHOS:103GR, GRASA: 7GR	CAL: 518, PROT: 28GR, CHOS: 90GR, GRASA: 6GR	CAL: 605, PROT: 28GR, CHOS: 107, GRASA: 7GR	CAL: 732, PROT: 37GR, GRASA: 15GR, CHOS: 104GR	CAL: 798, PROT:41GR, CHOS:130GR, GRASA:17GR
Taipá de carne con chaufa	chicharroncito de pescado con yuca sancochada y arroz	Pollo al horno con panamitos y arroz	Hamburguesa a lo pobre con arroz	Nuggets de pescado caseros con frijoles y arroz
CAL: 791, PROT: 57GR, CHOS: 91GR, GRASA: 36GR	CAL: 775, PROT: 32GR, CHOS: 129GR, GRASAS: 14GR	CAL: 540, PROT: 19GR, CHOS: 108GR, GRASA: 2GR	CAL: 659, PROT: 37GR, CHOS: 112GR, GRASA:7GR	CAL: 725, PROT:35G, CHOS:90GR, GRASA:25GR
Mazamorra	Fruta	Gelatina	Mini Alfajor	Fruta
CAL:60, GRASA:0GR, PROT:1, CHOS: 13GR	CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 21G	CAL:60, GRASA:0GR, PROT:1, CHOS: 13GR	CAL: 92, GRASA:3GR, CHOS:15, PROT:1GR	CAL:60, GRASA:0GR, PROT:1, CHOS: 13GR
Refresco de fruta ó agua pura	Refresco de fruta ó agua pura	Refresco de fruta ó agua pura	Refresco de fruta ó agua pura	Refresco de fruta ó agua pura
CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G

Importante: la información nutricional es en base a una porción de secundaria (3ero a 5nto)

Celular administradora	992002144	
Celular Sra.Verónica :	955195364	
Celular Sra.Verónica :		
Correo Administracion comedor :weberbauer@nutripasion.com		
Correo supervision : veronicasocagutierrez@gmail.com		
Correo supervision : administracion@nutripasion.com		
Correo nutrición : nutricion@nutripasion.com		
Todo pago se efectuara por tranferencia o en efectivo en el comedor de 7:30 ama a 8:00 am		

<https://youtu.be/QsFZmXmLoOU>