



MENU COLEGIO AUGUSTO WEBERBAUER

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
6-Nov	7-Nov	8-Nov	9-Nov	10-Nov
Salpicón de verduras	Chupe de zapallo	Ensalada fresca	sopa de casa	Ensalada fresca
CAL:132, CHOS:28GR, PROT: 8GR, GRASA:0G	CAL: 100, PROT: 6, CHOS: 10GR, GRASA: 4GR	CAL: 50, PROT: 5GR, GRASA:0GR, CHOS: 6 GR	CAL: 201, PROT: 5GR, CHOS: 23GR, GRASA: 10GR	CAL: 50, PROT: 5GR, GRASA:0GR, CHOS: 6 GR
Hamburguesa a lo pobre	Seco de pollo con yuca sancochada y arroz	Pollo al horno con pure y arroz	Bisteck con trigo entomatado y arroz	Caracolitos en salsa de atun
CAL: 729, PROT: 29GR, CHOS: 84GR, GRASA: 20GR	CAL: 775, PROT: 32GR, CHOS: 129GR, GRASAS: 14GR	CAL: 661, PROT: 35GR, CHOS: 59GR, GRASA: 16GR	CAL: 518, PROT: 28GR, CHOS: 90GR, GRASA: 6GR	CAL: 584, PROT: 18GR, CHOS: 91GR, GRASA: 15GR
Filete de pollo con quinua al pesto y arroz	Pescado con lentejitas y arroz	Saltadito de carne con vainita	Aji de gallina	Filete anticuchero con pure de paltas y arroz
CAL: 648, PROT: 34GR, CHOS: 91GR, GRASA: 15GR	CAL: 585 PROT:39GR, CHOS:103GR, GRASA: 7GR	CAL: 659, PROT: 37GR, CHOS: 112GR, GRASA:7GR	CAL: 749, PROT:37GR, CHOS:95GR,GRASA:24GR	CAL: 590 ,PROT:20GR, CHOS:93GR, GRASA:12GR
Mazamora	Fruta	Gelatina	Futa	keke
CAL: 13, GRASA:0GR, CHOS:3GR, PROT: 0GR	CAL: 71, GRASA:3GR, CHOS:11GR, PROT: 2GR	CAL: 13, GRASA:0GR, CHOS:3GR, PROT: 0GR	CAL: 24, GRASA:0GR, CHOS: 5GR, PROT: 1GR	CAL: 17, PROT:0GR, CHOS:4GR, GRASA:0GR
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
13-Nov	14-Nov	15-Nov	16-Nov	17-Nov
Sopa wantan	Ensalada fresca	sopa de verduras	Solterito de verduras con queso fresco	Yuquitas a la huancaína
CAL: 142, PROT:9, CHOS: 23, GRASA 2GR	CAL: 50, PROT: 5GR, GRASA:0GR, CHOS: 6 GR	CAL: 246, CHOS:20GR, GRASA: 6GR, PROT: 4G	CAL:132, CHOS:28GR, PROT: 8GR, GRASA:0G	CAL: 157, PROT: 1, GRASAS: 9GR, CHOS:
Pollo chi jau kai con chaufa	Pechuga rellena con jamon y queso,con salsa blanca y arroz	Asado con quinua a la crema y arroz	Tallarines rojos con pollo	Pechuga gratinada con vegetales y arroz
CAL: 959, PROT: 54GR, CHOS: 76GR, GRASA: 58GR	CAL: 540, PROT: 19GR, CHOS: 108GR, GRASA: 2GR	CAL: 627, PROT: 36GR, GRASA: 17GR	CAL: 798, PROT:41GR, CHOS:130GR, GRASA:17GR	CAL: 539, CHOS: 58GR, PROT:31GR, GRASA: 12GR
Estofado de res con papa sancochada y arroz	Pescado a la chorrillana con camote y arroz	Pollo saltado con papas fritas y arroz	Arroz tapado de quinua a lo pobre	Milanesa de pescado al horno con panamitos guisados, arroz y sarza criolla
CAL: 582, PROT: 30GR, CHOS: 93GR, GRASA: 10GR	CAL: 585 PROT:39GR, CHOS:103GR, GRASA: 7GR	CAL: 604, PROT:28GR, CHOS:82GR, GRASA:6GR	CAL: 565, PROT:30GR, CHOS:90GR, GRASA:5GR	CAL: 647, PROT: 41GR, CHOS: 89GR, GRASAS: 12GR
Gelatina	Fruta	Compota de fruta	Alfajorcito	Fruta
CAL: 13, GRASA:0GR, CHOS:3GR, PROT: 0GR	CAL: 24, GRASA:0GR, CHOS: 5GR, PROT: 1GR	CAL:16, GRASA:0GR, CHOS: 3GR, PROT: 0GR	CAL: 92, GRASA:3GR, CHOS:15, PROT:1GR	CAL:16, GRASA:0GR, CHOS: 3GR, PROT: 0GR
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
20-Nov	21-Nov	22-Nov	23-Nov	24-Nov
Rollitos primavera CAL:164, PROT:9, GRASA:5GR, CHOS:22GR	Choclitos a la huancaína CAL: 50, PROT: 5GR, GRASA:0GR, CHOS: 6 GR	Ensalada fresca CAL: 65, GRASA:2GR, CHOS: 2, PROT: 3GR	Menestron de veduras CAL: 192, PROT: 8GR, CHOS 28GR, GRASA: 4GR	Ensalada cocida CAL: 50, PROT: 5GR, GRASA:0GR, CHOS: 6 GR
Taipa de carne con arroz chaufa CAL:964, PROT:40GR, CHOS:148, GRASA: 58GR	Arroz con pollo CAL: 815, PROT:39GR, CHOS:130GR, GRASA:8GR	Pechuga con chimi churri con papas doradas y arroz CAL: 874, PROT:26GR, CHOS:137GR,GRASA:24GR	Spaguetti en salsa de albahaca con bistec CAL:729, PROT:29GR, CHOS:84,GRASA:28GR	Nuggets de pollo horneados con papas fritas y arroz CAL: 640, PROT:29GR, CHOS:95GR, GRASA:15GR
Pollo al horno con trigo y arroz CAL: 627, PROT:37GR, CHOS:88GR, GRASA:14GR	Pescado frito con pallares y arroz CAL: 516, PROT:29GR, CHOS:83GR, GRASA:3GR	Lomito al jugo con alverjita partida y arroz CAL: 585 PROT:39GR, CHOS:103GR, GRASA: 7GR	Pescado a la plancha con vegetales salteados y arroz CAL: 533, PROT:37GR, CHOS:87GR,GRASA:24GR	Olluquito con pollo CAL: 590 ,PROT:20GR, CHOS:93GR, GRASA:12GR
Mazamorra morada CAL: 17, PROT:0GR, CHOS:4GR, GRASA:0GR	Fruta CAL: 50, PROT: 0GR, CHOS: 12GR, GRASA: 0GR	Gelatina CAL: 13, GRASA:0GR, CHOS:3GR, PROT: 0GR	Fruta CAL:196, GRASA: 15GR, PROT: 3GR, CHOS; 34GR	Brownies CAL: 17, PROT:0GR, CHOS:4GR, GRASA:0GR
Refresco de fruta ó agua pura CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	Refresco de fruta ó agua pura CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	Refresco de fruta ó agua pura CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	Refresco de fruta ó agua pura CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	Refresco de fruta ó agua pura CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
27-Nov	28-Nov	29-Nov	30-Nov	1-Dic
Ensalada fresca CAL: 50, PROT: 5GR, GRASA:0GR, CHOS: 6 GR	Tequeños CAL: 65, GRASA:2GR, CHOS: 2, PROT: 3GR	Sopa de la casa CAL:164, PROT:9, GRASA:5GR, CHOS:22GR	Ensalada cocida CAL: 246, CHOS:20GR, GRASA: 6GR, PROT: 4G	Sancochado de verduras CAL: 246, CHOS:20GR, GRASA: 6GR, PROT: 4G
Suprema de pollo con lentejitas y arroz CAL: 859, PROT:23GR, CHOS: 115GR, GRASA: 30GR	Macarrones con atún CAL: 714, PROT:39GR, CHOS:94GR, GRASA:20GR	Escabeche de pollo con camote y arroz CAL: 552, PROT:23GR, CHOS:96, GRASA:13GR	Adobo de chancho con frijoles y arroz CAL: 631, PROT:25GR, CHOS:112, GRASA:8GR	Pescado entomatado con yuca y arroz CAL: 631, PROT:25GR, CHOS:112, GRASA:8GR
Bistec al orégano con locro de zapallo y arroz CAL: 520, PROT:25GR, CHOS:81GR, GRASA:13GR	Pollo al sillao con papa sancochada CAL: 568, PROT:26, CHOS:80GR, GRASA: 15GR	Enrollado de carne con jamon y queso, con vegetales CAL: 589, PROT: 42GR, CHOS:120GR, GRASA:7GR	Cau cau de pollo CAL: 593, PROT: 29GR, CHOS:104GR, GRASA:7GR	Filete de pollo con pallares y arroz CAL: 593, PROT: 29GR, CHOS:104GR, GRASA:7GR
Mazamorra CAL: 23, GRASA: 0GR, CHOS: 5GR, PROT: 1GR	Fruta CAL: 50, PROT: 0GR, CHOS: 12GR, GRASA: 0GR	Gelatina CAL:16, GRASA:0GR, CHOS: 3GR, PROT: 0GR	Fruta CAL: 23, GRASA: 0GR, CHOS: 5GR, PROT: 1GR	keke CAL: 23, GRASA: 0GR, CHOS: 5GR, PROT: 1GR
Refresco de fruta ó agua pura CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	Refresco de fruta ó agua pura CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	Refresco de fruta ó agua pura CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	Refresco de fruta ó agua pura CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G	Refresco de fruta ó agua pura CAL: 80, GRASA:0GR, PROT: 0GR, CHOS: 20G

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

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