



			Pizza Vegetariana Cordón Blue/Puré Arroz Integral Fruta / Refresco	Espárragos a la vinagreta Tortilla de champiñones Arroz Integral Fruta / Refresco
Brocheta de Tomates Granos Verdes Arroz Integral Fruta / Refresco	Espárragos c/ romero Berenjena c/ Carne de soya Arroz Integral Fruta / Refresco	Ensalada de Zanahoria Lagsaña Vegetariana Arroz Integral Fruta / Refresco	Lagsaña Vegetal Costrata de Queso Arroz Integral Fruta / Refresco	Ensalada Cocida Curry de Vegetales Arroz Integral Fruta / Refresco
Cuscus con Verduras BBQ de Carne de Soya Arroz Integral Fruta / Refresco	Ensalada de Aguacates Canasta de Queso Arroz Integral Fruta / Refresco	Crema de Verduras c/ mijo Molde de papa con Chorizo Arroz Integral Fruta / Refresco	Ensalada de Judias Cazuela de Frijoles Arroz Integral Fruta / Refresco	Ensalada de Lechuga Tomates Rellenos Arroz Integral Fruta / Refresco
Sopa de Tomate Enrollado Vegetariano Arroz Integral Fruta / Refresco	Crema de Champiñones Berengena a/la griega Arroz Integral Fruta / Refresco	Ensalada de Brecol Sanwich Day Arroz Integral Fruta / Refresco	Guisantes con patatas Chaufa con Carne de Soya Arroz Integral Fruta / Refresco	Espinacas salteadas Albondigas Vegetariana Arroz Integral Fruta / Refresco
Ensalada de Tomate Tallarines a la huacaina Arroz Integral Fruta / Refresco	Crema de Esparragos Quinua Guisada Arroz Integral Fruta / Refresco	Espaguetti con pisto Garbanzo a la Española Arroz Integral Fruta / Refresco	Judias Verdes Salteadas Parrilla Champiñones Arroz Integral Fruta/Refresco	Ensalada Sencilla Ajiaco de Habas Arroz Integral Fruta / Refresco

JUNIO MENÚS DEL MES

VEGETARIANO

COMEDOR AGUSTINO



COLEGIO

SAN AGUSTÍN

EST. 1966

L	M	M	J	V
			Palta Rellena Sopa de sémola Estofado de pollo Arroz c/ Cerdo Cebada/ Gelatina	Empanada Ensalada Mixta Pollo a la Plancha Costillar de Res Naranjada/sta Clara
01	02	03	04	05
Sopa de Platano Ceviche Apanado de Pescado Espesado c/ Arroz Pilat Refresco / Postre	Humita Ensalada Fresca Pollo asado c/puré Pescado frito Marácuya / Brownie	Pan al Ajo Crema de Verduras Tallarines a la Bolognesa Pavita Mechada Refresco / Postre	Ensalada Andina Ensalada Cocida Filete de Pollo Tortilla de Raya Limonada/Postre	Ocopa Sancochado Pollo tipo brasa Cau – Cau Lima / Mouse
06	07	08	09	10
Brocheta de Pollo Ensalada Cesar Asado al Vino Pollo a la Italiana Refresco / Postre	Wantan Frito Sopa China Tallarines Chino Arroz Tapado Sandia Carambola	Tequeños Ensalada Mixta Aeropuerto Frito de Cerdo Piña / Pudín	Papa a ala Huancaína Sopa de Chochoca Carne Mechada Arroz c/ Pollo Limonada / Gelatina	Ceviche Ensalada Fresca Cabrito Norteño Hamburguesa de atún Refresco/Postre
11	12	13	14	15
Sopa Dieta Salpicon de Pollo Pescado Apanado Fricasse de Pollo Refresco / Gelatina	Ensalada Blanca Asado de Pollo Arroz al Pimiento con carne Refresco / Postre	Palta Rellena Boliyucas Arroz c/ Mariscos Ceviche de Pollo Refresco / Mouse	Ensalada Rusa Ensalada Fresca Pollo a la Naranja Mondonguito a/la Italiana Refresco / fruta	Ensalada de Fideos Sopa Juliana Pollo a la Napolitana Gallina Alverjada Refresco / Postre
16	17	18	19	20
Huevos en su Nido Sopa de chochoca Costilla de Cerdo Enrollado de Pollo Cup Cakes / Refresco	Pastel de Carne Ensalada Cesar Tallarines a la huancaína Escabeche de Pollo Refresco / Fruta	Ensalada de Atún Sopa de Casa Bistec a la Chorrillana Pescado al ajillo Refresco / Postre	Ensalada Fresca Ensalada Andina Chicharon de Pollo Vainitas salteadas Refresco / Postre	Tequeños Menestron Pollo al Horno Chuleta al chimichurri Refresco / Postre
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30

JUNIO MENÚS DEL MES

REGULAR

**COMEDOR
AGUSTINO**



COLEGIO

**SAN
AGUSTÍN**

EST. 1966

L	M	M	J	V
Consomé de Pollo Pescado al Horno Arroz Blanco Fruta/Agua de Piña 01	Ensalada Fresca Filete de Pollo Arroz Blanco Fruta/Chica 02	Dieta de Pollo Res a la Plancha Arroz Blanco Fruta/Naranja 03	Sopa de Leche Filete de Pavita Arroz Blanco Fruta/Maracuyá 04	Ensalada Fresca File de Pollo A la Plancha Fruta/Refresco 05
Chilcano Filete de Pescado Vainitas, Espinaca Arroz Blanco Fruta/Limonada 06	Ensalada Fresca Pechuga a la Plancha Brócoli y Zanahoria Arroz Blanco Fruta/Refresco 09	Crema de Zapallo Tallarín Saltado Con Verduras Fruta/Carambola 10	Ensalada Fresca Pollo a la Plancha Salsa de Alcachofas Arroz Blanco Fruta/Cocona 11	Sopa de Pollo Pavita al Jugo Verduras Chinas Arroz Blanco Fruta/Maracuyá 12
Ensalada Fresca Filete de Pescado Papas Cocktail Arroz Blanco Fruta/Refresco 15	Crema de Apio Res al Jugo Coliflor y Brócoli Arroz Blanco Carambola 16	Ensalada Fresca Pechuga de Pollo Con Caigua y Coliflor Arroz Blanco Fruta/Naranja 17	Consomé de Res Pescado a la Plancha Con Legumbres Arroz Blanco Fruta/Limonada 18	Ensalada Fresca Pollo a la Plancha Con Espárragos Arroz Blanco Fruta/membrillo 19
Crema de Alcachofas Bistec a la Plancha Champiñones Arroz Blanco Fruta/Carambola 22	Ensalada Fresca Saltado Berenjena Con Pollo Arroz Blanco Fruta/Naranja 23	Sustancia de Pollo Pavita al Jugo Tomillo y Vainita Arroz Blanco Fruta/Agua Piña 24	Ensalada Fresca Filete de Pollo Aceituna y Verduras Arroz Blanco Fruta/Maracuyá 25	Chupe de Pescado Pescado a la Plancha Zapallo Italiano Arroz Blanco Fruta Cebada Linaza 26
Ensalada Fresca Pavita en Salsa De Espinacas Arroz Blanco Fruta/Limonada 29	Sopa Morón Guiso de Res Con Legumbres Arroz Blanco Fruta/Refresco 30	Ensalada Fresca Asado de Pollo Yuca Arroz Blanco Fruta/Refresco 31	--	--

MAYO

**MENÚS
DEL
MES**

DIETA

**COMEDOR
AGUSTINO**



COLEGIO

**SAN
AGUSTIN**

EST. 1966



JUNIO

MENÚS DEL MES

DEPORTIVO

COMEDOR AGUSTINO



COLEGIO
SAN AGUSTÍN

EST. 1966

			Sopa de Pollo c/ Verduras Tortilla de Pollo c/ Verduras y Pallares Arroz Blanco Fruta / Refresco	Ensaladas Cocidas Pavita ala Horno Camote Arroz Blanco Fruta/Refresco
			01	02
Ensalada Fresca Pescado al Horno Puré de Yuca Arroz Blanco Fruta/Limonada	Crema de Tomate Pechuga de Pollo con lentejitas c/ Verduras Arroz Blanco Fruta / Refresco	Ensalada de Verduras Bistec al Jugo c/ Pimientos /Champiñones Arroz Blanco Fruta / Refresco	Sopa Verduras Atún con Ensalada Papa Sancochada Arroz Blanco Fruta / Refresco	Consomé de Carne Pavita Enrollada con Verduras Arroz Blanco Fruta / Refresco
05	06	07	08	09
Ensalada de Verduras Pasta al dente con Carne y Tomate Arroz Blanco Fruta / Refresco	Crema de Zapallo Pescado al Horno con menestra Arroz Blanco Fruta / Refresco	Consome de Pollo Revueltos de Espargagos Con papa Arroz Blanco Fruta / Refresco	Ensalada de Verduras Higado encebollado Arroz Blanco Fruta /Refresco	Crema de Poro Pavita al Horno con verduras cocidas Arroz Blanco Fruta / Refresco
12	13	14	15	16
Sopa Pastina Brocoli Salteado con pollo Arroz Blanco Fruta / Refresco	Sopa Cabellos de Angel Pollo a la Plancha/ Huevo Sancochado Arroz Blanco Fruta / Refresco	Sopa de Quinoa Res al Jugo con Menestra Arroz Blanco Fruta / Refresco	Sopa China Pollo al Horno con Pure Natural Arroz Blanco Fruta / Refresco	Sopa Munición Verduras Salteadas con Pescado Arroz Blanco Fruta / Refresco
19	20	21	22	23
Sustancia de Pollo Huevos Sancochado con lentejita Arroz Blanco Fruta / Refresco	Sopa de Verduras Pescado al Limón c/ camote sancochado Arroz Blanco Fruta / Refresco	Ensalada Judias Pechuga de Pollo grillada con cebolla y pimiento rojo Arroz Blanco Fruta / Refresco	Crema de Berros Pastel de Carne Molida con papa y espinaca Arroz Blanco Fruta / Refresco	Crema de Espargagos Pollo al Horno con brócoli - choclo Arroz Blanco Fruta /Refresco
26	27	28	--	--



Jimmy D. Soria Vergar
Lic. Jimmy D. Soria Vergar
NUTRICIONISTA
C.N.P. 4623