



SETIEMBRE

MENÚS DEL MES

REGULAR

COMEDOR AGUSTINO

<p>Sopa de res Ceviche de caballa Pollo al vino c/ menestra Espesado de res Refresco/postre</p> <p>03</p>	<p>Sopa de semola Brocheta de pollo Seco de res c/ frejol Estofado de pollo Refresco/postre</p> <p>04</p>	<p>Cazuela de arroz Ocopa Lomito saltado Pescado a las finas hierbas c/ menestra Refresco/postre</p> <p>05</p>	<p>Sopa Criolla Ensalada de palta y pollo Asado de pavita c/ puré Arroz con pollo Refresco/postre</p> <p>06</p>	<p>Sopa de casa Ensalada Carne mechada/ menestra Pollo a la brasa con papas fritas Refresco/postre</p> <p>07</p>
<p>Chupe de gallina Choritos a la chalaca Arroz chaufa c/ pollo oriental Pescado a la chorrillana c/ menestra Refresco/postre</p> <p>10</p>	<p>Sopa de res Ensalada fresca Ají de gallina Chuleta de cerdo c/ menestra Refresco/postre</p> <p>11</p>	<p>Sopa de chochoca Ensalada blanca Pollo al pimiento c/ menestra Escabeche de pescado Refresco/postre</p> <p>12</p>	<p>Papa a la huacaina Sopa de pollo Tallarines rojos Asado de res c/ puré Refresco/postre</p> <p>13</p>	<p>Tortita de choclo Crema de zapallo Bistec al jugo c/ puré Pollo saltado c/ menestra Refresco/Fruta</p> <p>14</p>
<p>Sopa de pollo Ensalada mixta Pollo mechado c/ menestras Pescado frito c/ lentejita Refresco/postre</p> <p>17</p>	<p>Sopa de casa Ceviche mixto Cabrito a la norteña Escabeche de pollo Refresco/postre</p> <p>18</p>	<p>Sopa de trigo Salpicón de pollo Tallarines verdes c/ bistec Olluquito con carne Refresco/postre</p> <p>19</p>	<p>Sopa china Wantan frito Pollo al sillao c/arroz chaufa Adobo de cerdo Refresco/postre</p> <p>20</p>	<p>Consomé de pollo Ensalada fresca Chicharrón de pescado Pollada c/ papa Refresco/postre</p> <p>21</p>
<p>Menestrón Palta rellena Asado de pollo c/ puré Estofado de res Refresco/postre</p> <p>24</p>	<p>Sopa de chochoca Causa de pollo Seco de pollo Lomito al jugo c/pallar bebé Refresco/Fruta</p> <p>25</p>	<p>Sopa de pollo peruana Ensalada fresca Chicharrón de pollo c/ menestra Osobuco en salsa de champiñones Refresco/postre</p> <p>26</p>	<p>Sopa a la minuta Humita Tallarín saltado tipo chifa Pescado apanado Refresco/Fruta</p> <p>27</p>	<p>Sopa de casa Ensalada Costilla de cerdo oriental Pollo frito c/ papa Refresco/Fruta</p> <p>28</p>



L	M	M	J	V
Brocheta de Verduras Granos Verdes Arroz Integral Fruta / Refresco	Ensalada de Lechuga Tomates Rellenos Arroz Integral Fruta / Refresco	Ensalada de Habas Lagsaña Vegetariana Arroz Integral Fruta / Refresco	Lagsaña Vegetal Pan al ajo Arroz Integral Fruta / Refresco	Ensalada Cocida Berenjenas rellenas Arroz Integral Fruta / Refresco
03	04	05	06	07
Consome Verduras BBQ de Carne de Soya Arroz Integral Fruta / Refresco	Coliflor arebozada Salteadas de champiñones Arroz Integral Fruta/Refresco	Crema de Verduras c/ mijo Quinoa a la jardinera Arroz Integral Fruta / Refresco	Ensalada de palta Cazuela de Frijoles Arroz Integral Fruta / Refresco	Pizza Vegetariana Cordón Blue/Puré Arroz Integral Fruta / Refresco
10	11	12	13	14
Espárragos a la vinagreta Tortilla de champiñones Arroz Integral Fruta / Refresco	Crema de Champiñones Enrollado de lechuga con verduras Arroz Integral Fruta / Refresco	Ensalada de Brocoli Sanwich Day Arroz Integral Fruta / Refresco	Espárragos c/ romero Saltado de vainitas con carne de soya Arroz Integral Fruta / Refresco	Espinacas salteadas Albondigas Vegetariana Arroz Integral Fruta / Refresco
17	18	19	20	21
Guisantes con patatas Chaufa con Carne de Soya Arroz Integral Fruta / Refresco	Ensalada de col y zanahoria Espárragos a la pamesana Arroz Integral Fruta / Refresco	Fetuchinis veganos con garbanzo Arroz Integral Fruta / Refresco	Crema de Esparragos Trigo guisado Arroz Integral Fruta / Refresco	Ensalada de tomate Canasta de Queso Arroz Integral Fruta / Refresco
24	25	26	27	28

SETIEMBRE MENÚS DEL MES

VEGETARIANO

**COMEDOR
AGUSTINO**



COLEGIO

**SAN
AGUSTÍN**

EST. 1966



<p>Sopa de res Ceviche de caballa Atún vegetariano c/ huevos escalfados Refresco/fruta</p> <p>03</p>	<p>Sopa de semola Brocheta de pollo Filete de pescado a la jardinera Refresco/fruta</p> <p>04</p>	<p>Cazuela de arroz Ocopa Ensalada de pollo c/ pepinillos Refresco/fruta</p> <p>05</p>	<p>Sopa Criolla Ensalada de palta y pollo Tortilla de verduras al olivo Refresco/fruta</p> <p>06</p>	<p>Sopa de casa Ensalada fresca Ensalada oriental con filete de pollo Refresco/fruta</p> <p>07</p>
<p>Chupe de gallina Choritos a la chalaca Ensalada mixta con lomo choclo y huevo Refresco/fruta</p> <p>10</p>	<p>Sopa de res Ensalada fresca con tortilla de espárragos y champiñones Refresco/fruta</p> <p>11</p>	<p>Sopa de chochoca Ensalada salteada (brócoli, zanahoria y zucchini) con champiñones y pollo al horno y papa dorada Refresco/fruta</p> <p>12</p>	<p>Papa a la huacaina Sopa de pollo Ensalada con escabeche de pescado Refresco/fruta</p> <p>13</p>	<p>Tortita de choclo Crema de zapallo Bistec al jugo con pure de espinacas y legumbres Refresco/Fruta</p> <p>14</p>
<p>Sopa de pollo Ensalada de lentejas con brochetas de pollo c/ huevo duro Refresco/fruta</p> <p>17</p>	<p>Sopa de casa Ceviche mixto Ensalada verde con pescado a la plancha y choclo Refresco/fruta</p> <p>18</p>	<p>Sopa de trigo Salpicón de pollo Ensalada 7 colores con filete de pollo Refresco/postre</p> <p>19</p>	<p>Sopa china Wantan frito Wok de verduras con pollo Refresco/postre</p> <p>20</p>	<p>Consomé de pollo Ensalada fresca Enrollado de atún y queso Refresco/postre</p> <p>21</p>
<p>Menestrón Palta rellena Pollo a la plancha con arroz al pimiento Refresco/fruta</p> <p>24</p>	<p>Sopa de chochoca Causa de pollo Lomito al jugo c/ puré de espinaca Refresco/Fruta</p> <p>25</p>	<p>Sopa de pollo peruana Ensalada oriental con trozos de pollo Refresco/fruta</p> <p>26</p>	<p>Sopa a la minuta Humita Ensalada verde con pescado apanado y arroz al perejil Refresco/Fruta</p> <p>27</p>	<p>Sopa de casa Ensalada hawaiana con filete de pollo Refresco/Fruta</p> <p>28</p>

SETIEMBRE

MENÚS DEL MES

DIETA

COMEDOR AGUSTINO



COLEGIO

SAN AGUSTÍN

EST. 1966



SETIEMBRE

MENÚS DEL MES

DEPORTIVO

COMEDOR AGUSTINO

Ensalada de palta Pollo a la plancha Arroz Integral Fruta/Refresco	Sopa de Semola Bistec a la olla Arroz blanco Pure de frejoles Fruta /Refresco	Ensalada verde Pescado a la plancha Arroz Blanco Camote sancochado Fruta / Refresco	Menestrón Enrollado de pollo c/ verduras Papa Sancochada Arroz Blanco Fruta / Refresco	Crema de esparrago Pollo al horno c/ vainitas Choclo sancochado Arroz integral Fruta / Refresco
03	04	05	06	07
Consomé de pescado Asado de res Arroz alverjado Puré de camote Fruta / Refresco	Ensalada campesina Pavita al Horno Arroz integral Papa al horno Fruta/refresco	Ensaladas Rusa Pollo apanado Pallares Arroz Blanco Fruta/Refresco	Sopa de Quinoa Filete de pollo c/coliflor zanahoria Puré de papa Arroz Blanco Fruta /Refresco	Ensalada de fideos Repollo saltado c/pollo Arroz Blanco Papa Sancochada Fruta / Refresco
10	11	12	13	14
Ensalada Fresca Pechuga de pollo Arroz Blanco Choclo sancochado Fruta / Refresco	Chilcano Filete de pescado Saltado de vainitas Arroz Blanco Fruta / Refresco	Ensalada Fresca Pollo a la plancha c/ champiñones Arroz Blanco Fruta / Refresco	Crema de zapallo Tallarín saltado c/ verduras Arroz Blanco Fruta / Refresco	Sopa de pollo Pollo al horno c/ verduras chinas Papa sancochada Arroz Blanco Fruta / Refresco
17	18	19	20	21
Sopa de Moron Pescado a la plancha Camote sancochado Arroz con choclo Fruta / Refresco	Ensalada espárragos Saltado res de pimientos Arroz Blanco Papa amarilla Fruta / Refresco	Crema de zapallo Pollo enrollado c/ verduras Arroz blanco Puré de papa Fruta/ refresco	Ensalada Palta Bistec de carne Trigo guisado Fruta/Limonada	Ensalada fresca Pollo c/ pimientos zanahoria Camote sancochado Arroz Blanco Fruta / Refresco
24	25	26	27	28

