Menu Semana del 01 al 05 de Octubre de 2018 Programa Resplandeciendo Sin límites				
Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
Desayuno	Desayuno	Desayuno	Desayuno	Desayuno
Maizena, Arepa Paisa con Queso	Café, Pan y Porcion de Queso	Avena, Huevos Revueltos y Pan	Yogurt o Jugo, ponque dulce y fruta	Arepa con Queso y Chocolate
Dieta: Te en Agua, Caldo de Carne	Dieta: Te en Agua Caldo de Huevo	Dieta: Caldo de Pollo	Dieta:Fruta Picada y Jugo Natural	Dieta: Gelatina, Fruta y Pan Dulce
Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo
Pollo con Calabazin, Arroz, Papa y Ensalada	Pasta con Carne Picada, Ensalada, Tajada de Pan	Cazuela de Pollo (Papa, Mazorca o Maiz Dulce), Arroz y Ensalada	Cerdo Agridulce, Arroz con Zanahoria, Ensalada y Patacon	Carne Asada, Arroz, Ensalada y Papa Cocida
Refrigerio	Refrigerio	Refrigerio	Refrigerio	Refrigerio
galletas ducales + jugo natural	queso con bocadillo	corazones + jugo nattural	galletas waffer + jugo natural	pan con mermelada + jugo natural
Dieta: Valeria Donoso y Andres Casallas				

Elizabeth Burgos Rodriguez.

Elizabeth Burgos Rodriguez
Nutricionista Dietista
T.P. 02538
Universidad del Atlantico

Menu Semana 08 al 12 de Octubre de 2018 Programa Resplandeciendo Sin límites				
Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
Desayuno	Desayuno	Desayuno	Desayuno	Desayuno
Agua De Panela con Leche Pan y Queso	Café, Pan y Huevos	Chocolate, queso y pan almojabana	Jugo o Yogurt y Fruta Picada	Arepa con Queso y Café
Caldo de Pollo	Jugo	Dieta: Te en Agua Caldo de Huevo	Fruta y Jugo Natural	Caldo con Carne y Jugo
Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo
Goulash de Carne, Papa, Ensalada.	Pierna de Pollo, Arroz con Perejil, Verdura (Cebolla, Calabazin, Brocoli y Zanahoria)	Garbanzos con Chorizo, Arroz, Ensalada, Maduro	Ahuyama, Papa Salada, Carne a la Plancha y Ensalada	Arroz con Arveja, Cerdo en Salsa BBQ, Ensalada y Papa
Refrigerio	Refrigerio	Refrigerio	Refrigerio	Refrigerio
pasabocas de guayaba + jugo natural	gelatina con galleta waffer y leche condensada	galletas caseras	almojabanas + jugo natural	salpicón
Dieta: Valeria Donoso y Andres Casallas				

Elizabeth Burgos Rodriguez

Elizabeth Burgos Rodriguez
Nutricionista Dietista
T.P. 62538
Universidad del Atlantico

Menu Semana del 15 al 19 de Octubre de 2018 Programa Resplandeciendo Sin límites				
Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
Desayuno	Desayuno	Desayuno	Desayuno	Desayuno
	Huevos con Salchicha y Chocolate	Avena, Porcion de Queso y Pan Dulce	Yogurt, Ponque y Fruta de temporada	Arroz con Leche
	Dieta: Jugo sin azucar	Dieta: Caldo de Pollo	Dieta: Jugo sin Azucar	Dieta: Caldo de Pollo con Jugo sin Azucar
Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo
FESTIVO	Arroz con Maiz, Pollo al Horno, Verdura y Papa	Arroz Pajarito, Carne de Cerdo en Salsa BBQ, Ensalada	Pollo Sudado, Arroz, Ensalada, Tajada de Maduro	Lentejas con Zanahoria y Papa y Carne a la Plancha, Ensalada
Refrigerio	Refrigerio	Refrigerio	Refrigerio	Refrigerio
	corazones + jugo natural	pan con mermelada + jugo natural	galletas caseras	torta de cumpleaños + jugo natural
Dieta: Maria Paula Bernal, Valeria Donoso y Andres Casallas				

Elizabeth Burgos Rodriguez.

Elizabeth Burgos Rodriguez
Nutricionista Dietista
TP. 02538
Universidad del Atlantico

Menu Semana del 22 al 26 de Octubre de 2018 Programa Resplandeciendo Sin límites				
Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
Desayuno	Desayuno	Desayuno	Desayuno	Desayuno
Chocolate, Huevos Maiz y Queso	Colada de Fresa, Pan Dulce Y Fruta de Temporada	Sandwich, Yogurt	Arroz con Leche y Galletas	Arepa con Queso y Café
Jugo sin azucar	Dieta: Caldo de Carne	Dieta: Caldo de Pollo	Dieta: Caldo de Huevo	Dieta: Caldo de Pollo
Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo
Frijoles con Carne, Arroz, Ensalada y Tajada de Aguacate	Milanesa de Pollo en Miel Mostaza, arroz con ajonjoli, Tajada de Platano	cocido con carne (Yuca, Papa, Arracacha, Arveja y Zanahoria), Arroz Blanco	Chuleta Cerdo, Arroz, platano con queso y bocadillo y Ensalada	fricase de pollo, arroz, y papa estilo francesa
Refrigerio	Refrigerio	Refrigerio	Refrigerio	Refrigerio
queso con bocadillo	pasabocas de guayaba + jugo natural	gelatina con galleta waffer y leche condensada	corazones + jugo natural	salpicón
Dieta: Valeria Donoso y Andres Casallas				

Elizabeth Burgos Rodriguez.

Elizabeth Burgos Rodriguez
Nutricionista Dietista
T.P. 02538
Universidad del Atlantico

Menu Semana del 29 de Octubre al 2 de Noviembre de 2018 Programa Resplandeciendo				
Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
Desayuno	Desayuno	Desayuno	Desayuno	Desayuno
Huevos Rancheros, Café y Pan	Maizena, Pan y Queso	Avena, Pan Dulce y Fruta	Yogurt, Arepa con Queso	Chocolate, Sandwich
Dieta: Jugo sin Azucar	Dieta: Caldo de Pollo y Jugo	Dieta: Jugo sin Azucar	Dieta: Caldo de Carne y Jugo	Dieta: Caldo de Pollo y Sandwich sin Queso
Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo
Arroz Negro, Carne en Salsa o a la Asada	Papa, Verdura Salteada Estilo Wok, Pernil al Horno	Carne con Verduras, Arroz Tigre	Milanesa de Pollo en Miel Mostaza, arroz con ajonjoli, Tajada de Platano	papas con carne, Arroz blanco, Ensalada
Refrigerio	Refrigerio	Refrigerio	Refrigerio	Refrigerio
pan con mermelada + jugo natural	tortillas con queso + jugo natural	corazones + jugo natural		
Dieta:Valeria Donoso y Andres Casallas				

Elizabeth Burgos Rodriguez.

Elizabeth Burgos Rodriguez
Nutricionista Dietista
T.P. 92538
Universidad del Atlantico