



Mejor Colegio
Mosquera 2025

MENU

Refrigerio
Agosto
2025



¿Sabías que comer sano puede ayudar a que seas más feliz?

La relación entre la dieta y la salud mental es cada vez más evidente, y los estudios demuestran que una dieta saludable puede ayudarte, ya no solo a sentirte más feliz, también a reducir los síntomas de la depresión y la ansiedad, y a mejorar tu calidad de vida en general.

El hecho de alimentarse a base de productos saludables proporciona al cuerpo los nutrientes necesarios para un funcionamiento correcto del cerebro y del sistema nervioso, y esto tiene un efecto directo en el estado de ánimo.





“Alimentarse bien
para vivir mejor”



Viernes 01



PASTEL DE
ESPINACA QUESO
AVENA CUBANA
CIRUELAS

Lunes 04



Martes 05



Miércoles 06



Jueves 07



Viernes 08



WRAP DE POLLO
CON MANZANA
JUGO DE
MARACUYA
MANZANA ROYAL

CALDO DE
RES / AREPITA
JUGO DE
MANDARINA
UVAS

DEDITOS DE QUESO
APANADOS

COCOA FRIA
SANDIA

FESTIVO

HUEVOS CON ARROZ
/PANECILLO
COCOA CALIENTE
FRUTA PORCIÓN

Lunes 11



BUÑUELO /
NATILLA
COCOA
CIRUELAS

Martes 12



PARFAIT
YOGUT
MIX DE FRUTA

Miércoles 13



CALDO DE RES /
AREPITA
JUGO DE FRESA
UVAS

Jueves 14



HUEVOS CON
ARROZ
/PANECILLO
COCOA CALIENTE
FRUTA PORCIÓN

Viernes 15



SALCHI/TACO
SORBETE DE LULO
SANDIA

Lunes 18



Martes 19



Miercoles 20



Jueves 21



Viernes 22



Festivo

PASTEL DE
POLLO
JUGO DE
FRUTOS ROJOS
DOMO DE
FRUTA

BURRITO DE RES /
TOTOPOS
JUJO DE LULO
PORCION DE PIÑA

CALDO DE RES /
AREPITA
CHOCOLATE
PORCION DE
PAPAYA

HUEVOS CON
ARROZ /PANECILLO
COCOA CALIENTE
FRUTA PORCIÓN

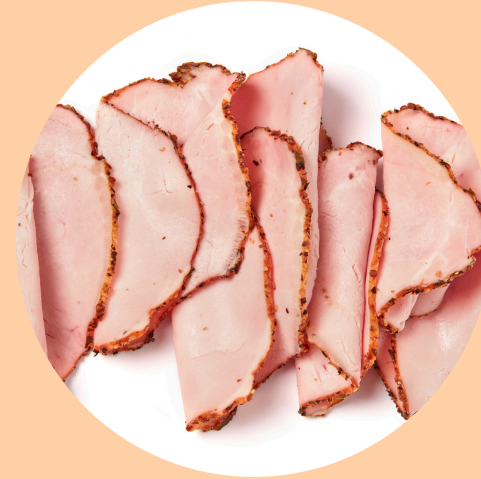
Lunes 25



Martes 26



Miercoles 27



Jueves 28



Jueves 29



PERRO
CALIENTE
JUGO DE
MANDARINA
GRANADILLA

TURQUEY DE
JAMON CON
VEGETALES
SORBETE DE
MORA
MANZANA

WRAP DE POLLO
JUJO DE LULO
CIRUELAS

CALDO DE RES /
AREPITA
CHOCOLATE
DOMO DE FRUTA

HUEVOS CON
MAZORCA /
/PANECILLO
COCOA CALIENTE
FRUTA PORCIÓN

THANK YOU

restaurante@gimnasiunariemariecurie.edu.co

