



The graphic features a large white circle with an orange border. On the left side, there is a large, stylized pink heart shape. The text 'Beetroot' is at the top in green, followed by 'SCHOOL RESTAURANT' in small black text. Below that is 'GBCMC' in green. The word 'menú' is written in large green letters, with a horizontal green bar above and below it. Below 'menú' is 'Refrigerio' in pink, 'Enero' in pink, and '2026' in pink, all stacked vertically.

Beetroot
SCHOOL RESTAURANT
GBCMC

menú

Refrigerio
Enero
2026



¿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.



Lunes 26



Pastel de
jamon y
queso

Avena
cubana

Ciruelas

Martes 27



Wrap de
pollo con
manzana

Jugo de
Maracuya

Manzana
royal

Miércoles 28



Caldo de
res

Arepitas

Jugo de
Mora

Uvas

Jueves 29



Huevos con
arroz
Panecillo
Cocoa
caliente
Fruta
Porcion

Viernes 30



Mini
Hamburguesa
artesanal ,
queso

Jugo de lulo
Sandia

THANK YOU

restaurante@gimnasiomarieturie.edu.co

