

Kanguritos



Contigo



Minutas de alimentación

kanguritos.co



Primera semana

kanguritos



Contigo

kanguritos



Contigo



Primera semana

Lunes



Desayuno: Leche, pan integral con miel o mermelada y jugo de naranja.



Almuerzo: Ajiaco (Variedad de papa Güasca, crema de leche y mazorca) pollo desmechado, arroz, banano y aguacate.



Cena: Tostada francesa, banano, leche o jugo de frutas.

kanguritos



Contigo



Primera semana

Martes



Desayuno: Leche o jugo de frutas, pan con tomate, aceite de oliva y jamón.



Almuerzo: Sopa de frijol verde, gulash de cerdo, arroz, coditos de papa criolla, ensalada de lechuga, zanahoria rallada con cubitos de tomate.



Cena: Puré de verduras, Pescado a la plancha con rodajas de tomate, jugo de frutas o leche.

kanguritos



Contigo



Primera semana

Miércoles



Desayuno: Leche o jugo de frutas, galletas integrales con queso fundido.



Almuerzo: Sopa de tortilla, alitas BBQ, arroz, papas rusticas.



Cena: Espaguetis con salsa de tomate, filete de pescado con ensalada, jugo de frutas y leche.

kanguritos



Contigo



Primera semana

Jueves



Desayuno: Leche o jugo de frutas, tostadas de pan con mermelada y mantequilla.



Almuerzo: Sopa de pastas, fajitas de res, arroz, Papas, brocoli y tomate.



Cena: Pescado en salsa, ensalada de frutas, jugo de frutas o leche.

kanguritos



Contigo



Primera semana

Viernes



Desayuno: Leche con cereal, fruta picada.



Almuerzo: Frijoles, carne molida y huevo, arroz, tajada de maduro, ensalada de bastoncitos de zanahoria con cilantro y limón.



Cena: Croquetas de jamón y queso, ensalada, jugo de frutas o leche.



Segunda semana

kanguritos



Contigo

kanguritos



Contigo



Segunda semana

Lunes



Desayuno: Chocolate o jugo de naranja, con pan tostado, fruta picada.



Almuerzo: Sopa de legumbres, deditos de pescado, arroz, moneditas de plátano, ensalada de lechuga, tomate y pepino.



Cena: Mini perros , jugo de fruta o leche.

kanguritos



Contigo



Segunda semana

Martes



Desayuno: Leche o jugo de naranja, con tostadas de pan con aceite de oliva y jamón.



Almuerzo: Crema de zanahoria, trocitos de pollo, spaguetis con queso parmesano, pan, con ensalada de mango y fresa en bastones.



Cena: Pizza de vegetales, jugo de frutas o leche.

kanguritos



Contigo



Segunda semana

Miércoles



Desayuno: Yogurt natural, Pan con mermelada y fruta picada.



Almuerzo: Frijoles, chicarrón y carne molida, arroz, tajadas de maduro, ensalada de zanahoria y tomate.



Cena: Sándwich de pan integral de trigo con atún y tomate fresco, jugo de frutas o leche.

kanguritos



Contigo



Segunda semana

Jueves



Desayuno: Jugo de frutas, pancake de Banano con miel, fruta picada.



Almuerzo: Crema de vegetales, tiritas de pollo, arroz, pure de papa, ensalada de cascotes de piña con manzana.



Cena: Arroz con camarones, verduras asadas, jugo de frutas o leche.

kanguritos



Contigo



Segunda semana

Viernes



Desayuno: Chocolate con galletas caseras y fruta picada.



Almuerzo: Sopa de fideos, con alverja y zanahoria, bolitas de carne, arroz, papas chips, ensalada de tomate en cuadritos con maicitos.



Cena: Alitas de pollo, puré de papa, jugo de frutas o leche.



Tercer semana



kanguritos



Contigo



Tercer semana

Lunes



Desayuno: Juguito de frutas, pan, queso y jamón.



Almuerzo: Sopa de Guineo, Cerdo en salsa para carnes, arroz, papa criolla, ensalada de repollo y tomate con limón.



Cena: Pollo al horno con champiñones, Ensalada de verduras al vapor, jugo de frutas o leche.

kanguritos



Contigo



Tercer semana

Martes



Desayuno: Jugo de naranja, huevo con jamón y pan.



Almuerzo: Crema de ahuyama, boloñesa, tornillos con queso parmesano, pan tostado, ensalada de lechuga, coliflor y tomate.



Cena: Macarrones con queso, deditos de pollo, jugo de frutas o leche.

kanguritos



Contigo



Tercer semana

Miércoles



Desayuno: Zumo de frutas. Galletas integrales. Fruta fresca.



Almuerzo: Sopa de minestrone, deditos de pescado apanado, arroz, tostaditas de plátano, ensalada en tiritas de cidra y pepino con limón.



Cena: Crema de zanahoria y calabaza, pollo a la plancha, jugo de frutas o leche.

kanguritos



Contigo



Tercer semana

Jueves



Desayuno: Jugo de frutas, pancake, miel y fruta picada.



Almuerzo: Crema de tomate, mixto de cerdo y pollo, arroz, yuquitas ensalada de lechuga, maicitos y zanahoria.



Cena: Sándwiches de jamón con queso, jugo de frutas o leche.

kanguritos



Contigo



Tercer semana

Viernes



Desayuno: Leche o jugo de frutas, pan con tomate, aceite de oliva y jamón.



Almuerzo: Frijoles, chicharrón y carne molida, arroz, tajada de maduro, ensalada de tomate, zanahoria y limón.



Cena: Pizza con jamón y tomate, jugo de frutas o leche.



Cuarta semana

kanguritos



Contigo

kanguritos



Contigo



Cuarta semana

Lunes



Desayuno: Leche o jugo de naranja, con tostadas de pan con aceite de oliva y jamón.



Almuerzo: Sopa de verduras, solomo a la plancha, arroz, cubitos de papa y yuca, ensalada de brócoli con cascós de tomate.



Cena: Pure de papa, deditos de pollo, jugo de frutas o leche.

kanguritos



Contigo



Cuarta semana

Martes



Desayuno: Jugo de frutas, pancake de Banano con miel, fruta picada.



Almuerzo: Frijoles, carne molida y huevo, arroz, tajadas de maduro, ensalada de zanahoria en bastoncitos con limón.



Cena: Pastas con carnita asada, lechuga y rodajas de tomate, jugo de frutas o leche.

kanguritos



Contigo



Cuarta semana

Miércoles



Desayuno: Leche o jugo de frutas, tostadas de pan con mermelada y mantequilla.



Almuerzo: Crema de espinaca, fricarse de pollo, arroz, papas doradas con parmesano, ensalada en cuadritos de melón y fresa.



Cena: Verduras al vapor con albóndigas caseras, jugo de frutas o leche.

kanguritos



Contigo



Cuarta semana

Jueves



Desayuno: Yogurt natural pan con mermelada y fruta picada.



Almuerzo: Ajiaco (Variedad de papa Guasca, crema de leche y mazorca) pollo desmechado, arroz, banano y aguacate.



Cena: Tortilla, nuggets, jugo de frutas o leche.

kanguritos



Contigo



Cuarta semana

Viernes



Desayuno: Chocolate o jugo de naranja, con pan tostado, fruta picada.



Almuerzo: Sopa de minestrone, deditos de pollo apanado, arroz, tostaditas de plátano, ensalada en tiritas de cidra y pepino con limón.



Cena: Mini hamburguesas, jugo de frutas o leche.

Kanguritos



Contigo

Kanguritos Colombia S.A.S

Te contamos que somos una agencia de servicios de educación y cuidado infantil que nace a partir de la necesidad y deseo de los padres de dejar sus hijos en manos de personas confiables e idóneas mientras ellos se encuentran en el trabajo, en actividades de dispersión o simplemente desean el servicio como un apoyo durante el crecimiento y desarrollo de sus hijos. Nuestra filosofía es brindar servicios de cuidado infantil integrales, cálidos, seguros y confiables, que apunten siempre al logro de un adecuado desarrollo infantil.

Si quieres ver más puedes hacerlo en:



www.kanguritos.co



Kanguritos agencia de niñeras



[kanguritos_colombia](https://www.instagram.com/kanguritos_colombia)



[Kanguritos Colombia](https://www.youtube.com/KanguritosColombia)



(4) 444 89 14 - 315 538 25 09
Emergencias: 315 376 43 14