

MENÚ

MAYO 2026

Alimentos Doña
Conchita
Desde 2001

LUNES 4

MARTES 5

MIÉRCOLES 6

JUEVES 7

VIERNES 8



**SOPA O
CREMA**

SOPA DE MAIZ

80 g - 32 Kcal

SOPA DE PASTA

80 g - 32 Kcal

CUCHUCO
DE TRIGO

80 g - 40 Kcal

CUCHUCO
DE CEBADA

80 g - 38 Kcal

CREMA DE
ESPINACA

80 g - 48 Kcal



CEREAL

ARROZ BLANCO

80 g - 104 Kcal

ARROZ CON
ESPINACA

80 g - 108 Kcal

ARROZ TIGRE

80 g - 108 Kcal

ARROZ
CON ZANAHORIA

85 g - 113 Kcal



PROTEINA

PECHUGA
ASADA

55 g - 83 Kcal

CARNE MOLIDA

55 g - 83 Kcal

CERDO A LA PLANCHA

55 g - 77 Kcal

PECHUGA JARDINERA

65 g - 78 Kcal

ARROZ ORIENTAL

95 g - 152 Kcal



ENERGÉTICO

FRIJOL
CARAOTA

30 g - 35 Kcal

LENTEJAS

30 g - 35 Kcal

PENNE EN SALSA

40 g - 75 Kcal

PAPA SALADA

25 g - 30 Kcal

PAPA
FRANCESA

15 g - 27 Kcal



ENSALADA

LECHUGA Y MAIZ

20 g - 10 Kcal

TOMATE Y LECHUGA

20 g - 8 Kcal

WALDORF

20 g - 20 Kcal

REPOLLO Y
ZANAHORIA

20 g - 10 Kcal

PEPINO CON
AJONJOLÍ

20 g - 12 Kcal



JUGO

JUGO DE PIÑA

130 g - 58 Kcal

JUGO DE CURUBA

140 g - 63 Kcal

JUGO DE
MORA

140 g - 56 Kcal

JUGO DE
FRESA

140 g - 49 Kcal

JUGO DE
GUAYABA

140 g - 70 Kcal

MENÚ SUJETO A CAMBIOS SIN PREVIO AVISO.
MENÚS DIARIOS CON CONTEO CALORICO ENTRE 280 Y 320 KCAL

MENÚ

MAYO 2026

Alimentos Doña
Conchita
Desde 2001

LUNES 11

MARTES 12

MIÉRCOLES 13

JUEVES 14

VIERNES 15



**SOPA O
CREMA**

SOPA DE
ARROZ
80 g - 32 Kcal

CREMA DE
CHAMPIÑONES
80 g - 48 Kcal

SOPA DE
PETO
80 g - 36 Kcal

SOPA DE
AVENA
80 g - 40 Kcal

CREMA DE
AHUYAMA
80 g - 48 Kcal



CEREAL

ARROZ CON
AJONJOLÍ
70 g - 95 Kcal

ARROZ
ACHOTADO
70 g - 95 Kcal

ARROZ CON
VERDURAS
70 g - 99 Kcal

ARROZ CON
LENTEJAS
70 g - 99 Kcal



PROTEINA

FRICASÉ DE
POLLO
65 g - 78 Kcal

RES EN BISTEK
50 g - 85 Kcal

LOMO FRÍO DE CERDO
45 g - 81 Kcal

POLLO APANADO
50 g - 80 Kcal

LASAÑA MIXTA
120 g - 204 Kcal



ENERGÉTICO

PLÁTANO
TENTACIÓN
20 g - 30 Kcal

TORTA DE
PAN
20 g - 52 Kcal

PURÉ DE PAPA
25 g - 35 Kcal

CROQUETA DE
YUCA
15 g - 27 Kcal

PORCIÓN
DE PAN
20 g - 52 Kcal



ENSALADA

ESPINACA CON
FRESA
20 g - 10 Kcal

ZANAHORIA Y
MANZANA
20 g - 8 Kcal

REPOLLO
CON PIÑA
20 g - 20 Kcal

LECHUGA Y
RABANO
20 g - 10 Kcal

TOMATE Y
LECHUGA
20 g - 8 Kcal



JUGO

JUGO DE
MORA
130 g - 58 Kcal

JUGO DE
CURUBA
130 g - 52 Kcal

JUGO DE
UVA
120 g - 72 Kcal

JUGO DE
PERA
140 g - 49 Kcal

LIMONADA
140 g - 28 Kcal

MENÚ SUJETO A CAMBIOS SIN PREVIO AVISO.
MENÚS DIARIOS CON CONTEO CALORICO ENTRE 280 Y 320 KCAL

MENÚ

MAYO 2026

Alimentos Doña
Conchita
Desde 2001

LUNES 18

MARTES 19

MIÉRCOLES 20

JUEVES 21

VIERNES 22



**SOPA O
CREMA**



CEREAL



PROTEINA



ENERGÉTICO



ENSALADA



JUGO

CUCHUCO DE
MAÍZ
80 g - 40 Kcal

SOPA DE
PATACÓN
80 g - 45 Kcal

SOPA
CAMPESINA
80 g - 38 Kcal

CONSOMÉ DE
POLLO
80 g - 32 Kcal

FESTIVO

ARROZ
AMARILLO
70 g - 95 Kcal

ARROZ
CON ZANAHORIA
75 g - 100 Kcal

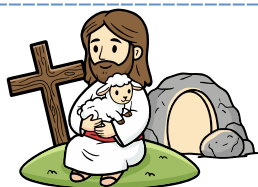
DIA DE LA
ASCENCIÓN

ALBÓNDIGA DE
POLLO
55 g - 85 Kcal

PECHUGA CARBONARA
45 g - 72 Kcal

LOMO DE CERDO
60 g - 84 Kcal

ARROZ CHINO
95 g - 160 Kcal



TORTA DE
ZANAHORIA
20 g - 55 Kcal

ESPAGUETTI
110 g - 95 Kcal

PLÁTANO CON
BOCADILLO
20 g - 40 Kcal

CROQUETA
DE YUCA
15 g - 27 Kcal

ENSALADA DE
COLIFLOR
20 g - 10 Kcal

WALDORF
20 g - 20 Kcal

REPOLLO Y
ZANAHORIA
20 g - 10 Kcal

ZANAHORIA
CON UVAS
20 g - 15 Kcal

JUGO DE LULO
130 g - 58 Kcal

JUGO DE
MORA
140 g - 56 Kcal

JUGO DE
FRESA
140 g - 49 Kcal

JUGO DE
GUAYABA
140 g - 70 Kcal

MENÚ SUJETO A CAMBIOS SIN PREVIO AVISO.
MENÚS DIARIOS CON CONTEO CALORICO ENTRE 280 Y 320 KCAL

MENÚ

MARZO 2026

Alimentos Doña
Conchita
Desde 2001

LUNES 25

MARTES 26

MIÉRCOLES 27

JUEVES 28

VIERNES 29



**SOPA O
CREMA**

SOPA DE MAIZ

80 g - 32 Kcal

SANCOCHO DE
PLÁTANO

80 g - 40 Kcal

SOPA DE
PASTA

80 g - 32 Kcal

SOPA DE
LENTEJAS

80 g - 48 Kcal

CREMA DE
TOMATE

80 g - 48 Kcal



CEREAL

ARROZ BLANCO

80 g - 104 Kcal

ARROZ VERDE

75 g - 101 Kcal

ARROZ AMARILLO

75 g - 101 Kcal

ARROZ
CON ZANAHORIA

80 g - 106 Kcal



PROTEINA

LOMO DE
CERDO

55 g - 83 Kcal

RES ASADA

55 g - 77 Kcal

CADERITA DE CERDO

50 g - 80 Kcal

PECHUGA EN HIERBAS

55 g - 88 Kcal

BOLOÑESA

55 g - 88 Kcal



ENERGÉTICO

LENTEJAS

30 g - 35 Kcal

YUCA FRITA

30 g - 35 Kcal

PAPA AL HORNO

30 g - 26 Kcal

ENSALADA RUSA

25 g - 38 Kcal

SPAGUETHI

100 g - 110 Kcal



ENSALADA

TOMATE Y LECHUGA

20 g - 10 Kcal

TOMATE Y LECHUGA

20 g - 8 Kcal

WALDORF

20 g - 20 Kcal

REPOLLO Y
ZANAHORIA

20 g - 10 Kcal

TOMATE Y
LECHUGA

20 g - 10 Kcal



JUGO

JUGO DE PIÑA

130 g - 58 Kcal

JUGO DE
CURUBA

130 g - 52 Kcal

JUGO DE
UVA

120 g - 72 Kcal

JUGO DE
PERA

130 g - 52 Kcal

JUGO DE
MORA

130 g - 55 Kcal

MENÚ SUJETO A CAMBIOS SIN PREVIO AVISO.
MENÚS DIARIOS CON CONTEO CALORICO ENTRE 280 Y 320 KCAL