

# MEP

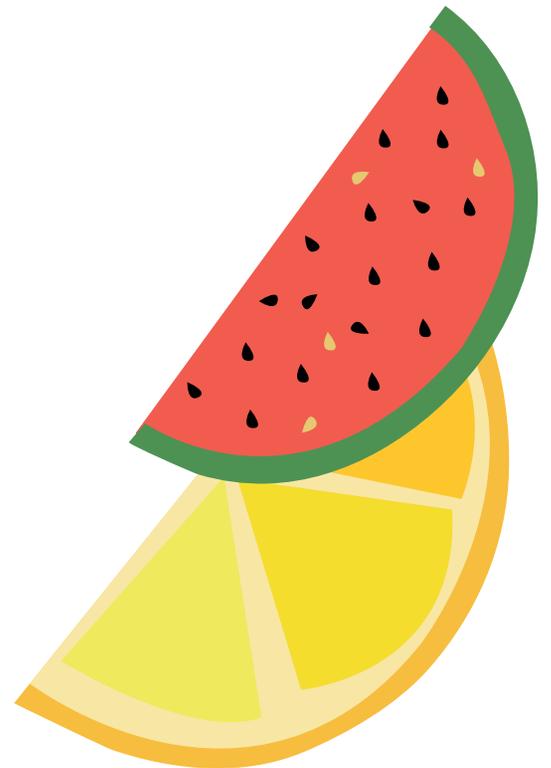
anuncia ampliación  
**en el plazo**  
para implementar  
nuevo menú



En el 2018 se inicia, **paulatinamente**, un cambio en el menú y el horario de la alimentación, **para que se ajusten** a la jornada educativa y a la realidad de cada centro educativo

## Los primeros meses del curso lectivo son para realizar ajustes:

- 1 - Cantidad de estudiantes
- 2- Horarios
- 3- Condiciones especiales de los estudiantes (sociales y familiares)



# ¿Cómo cambia el horario?

## ANTES

### HORARIO 2017

6:30 a. m. a 7 a. m.	DESAYUNO
9 a. m. 2 p. m.	ALMUERZO
7 a. m. 10 a. m.	CENA

## DESPUÉS

### HORARIOS RECOMENDADOS 2018

6:30 a. m. a 7 a. m.	DESAYUNO
8:30 a. m. a 10 a. m. *	COMPLEMENTO DE LA MAÑANA
11 a. m. a 1 p. m.	ALMUERZO
2 p. m a 3 p. m.	COMPLEMENTO DE LA TARDE
6 p. m a 7 p. m.	CENA

# ALIMENTACIÓN SEGÚN MÓDULOS HORARIOS CON EL NUEVO MENÚ

DESAYUNO\*

1.318 centros educativos lo reciben, desde el 2017. Estos lo mantienen.

**Escuela horario regular**

7 a. m. - 2:20 p. m.

COMPLEMENTO  
MAÑANA

ALMUERZO

**Escuela doble jornada**

7 a. m. - 12:10 p. m.

12:30 p. m. - 5:40 p. m.

COMPLEMENTO  
MAÑANA O TARDE

ALMUERZO\*

\* Asignado según las características propias de cada centro educativo

## Preescolar

7 a. m. - 10:30 a. m.

12: 30 p. m - 4 p. m.

(Sin atención individual)

COMPLEMENTO  
MAÑANA O TARDE

ALMUERZO\*

## Colegios académicos diurnos

(Diferencias

por población)

7 a. m. - 4:40 p. m.

COMPLEMENTO  
MAÑANA

ALMUERZO

COMPLEMENTO  
TARDE

\* Asignado según las características propias de cada centro educativo

# Colegio Técnico Diurno

7 a. m. - 4: 30 p. m.

COMPLEMENTO  
MAÑANA

ALMUERZO

COMPLEMENTO  
TARDE

## Modalidades

### nocturnas

5:50 p. m. - 9:50 p. m.

CENA

\* Asignado según las características propias de cada centro educativo

# EJEMPLO DE MENÚ

## DESAYUNO COMPLEMENTO ALMUERZO

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DESAYUNO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tortilla con queso blanco</li> <li>- Agua dulce con leche</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Galletas tipo María</li> <li>- Leche con vainilla</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cereal con leche</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tostadas con huevo</li> <li>- Aguadulce en agua</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Galletas tipo María</li> <li>- Leche con horchata</li> </ul>
COMPLEMENTO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Huevo revuelto con tortilla de maíz</li> <li>- Ensalada de tomate con vinagreta</li> <li>- Banano</li> <li>- Agua pura (Con fruta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gallopinto con queso tipo Turrialba</li> <li>- Ensalada de pepino, tomate y limón</li> <li>- Papaya y melón</li> <li>- Agua pura (Con fruta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Burrito de frijol y pollo</li> <li>- Ensalada de lechuga y zanahoria, con naranja</li> <li>- Sandía</li> <li>- Agua pura (Con fruta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Budín de ayote/ Tortitas hechas de ayote</li> <li>- Piña</li> <li>- Leche con chocolate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tacos de tortilla de maíz y carne de cerdo mechada</li> <li>- Pico de gallo</li> <li>- Manzana</li> <li>- Agua pura (Con fruta)</li> </ul>
ALMUERZO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Papas con pollo (Muslo deshuesado sin piel)</li> <li>- Arroz blanco</li> <li>- Frijoles negros</li> <li>- Repollo blanco, repollo morado y tomate</li> <li>- Banano</li> <li>- Agua pura (Con fruta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta corta con carne molida de res en salsa de tomate con zanahoria</li> <li>- Ensalada de garbanzos, pepino, lechuga y chile dulce</li> <li>- Papaya / Melón</li> <li>- Agua pura (Con fruta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sopa negra con huevo</li> <li>- Arroz jardinero (chayote y zanahoria)</li> <li>- Sandía</li> <li>- Agua pura (Con fruta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Muslo de pollo deshuesado en salsa caribeña (opcional en salsa de naranja)</li> <li>- Arroz Blanco / Rice and Beans / Gallo Pinto</li> <li>- Frijoles rojos</li> <li>- Repollo blanco, zanahoria y culantro</li> <li>- Piña</li> <li>- Agua pura (Con fruta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Frijoles tiernos con cerdo (tipo chifrijo)</li> <li>- Arroz blanco</li> <li>- Pico de gallo</li> <li>- Manzana</li> <li>- Agua pura</li> </ul>