

## Con Corazón Report

### October 2023 – Nutrition Project

The cook has help from one of the school mothers. This action was taken by the group of parents, who noticed that there is an increase in the workload for the cook. Very good initiative whose results are already noticeable.



In the following table, the menu for the month of October, prepared by the Nutrition Project team at Colegio Guadalupe.

**MENU DE QALIWARMA Y PROYECTO NUTRICION PARA OCTUBRE 23**

ENTIDAD	LUNES 02	MARTES 03	MIERCOLES 04	JUEVES 05	VIERNES 06 oct
QALIWARMA	CONSERVA DE RES Y FIDEO	QUINUA CON LECHE Y FECULA	TORTILLA DE HUEVO Y ARROZ	CAÑIHUA CON LECHE	FIDEO CON PESCADO
PROYECTO NUTRICION	FRUTA MANDARINA	HAMBURGUESA DE CARNE	ENSALADA FRESCA	LOCRO DE ZAPALLO	ENSALADA DE FRUTA PLATANO PAPAYA
ENTIDAD	LUNES 09	MARTES 10	MIERCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
QALIWARMA	CONSERVA DE POLLO Y ARROZ	Arroz con Leche y cereal extruido	TORTILLA Y ARROZ	CAÑIHUA CON LECHE	PESCADO CON FIDEO
PROYECTO NUTRICION	FRUTA: PERA	OMELLETTE	ENSALADA FRESCA	CHAUFA DE QUINUA	FRUTA: PIÑA
ENTIDAD	LUNES 16	MARTES 17	MIERCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
QALIWARMA	CONSERVA DE RES Y FIDEO	QUINUA CON LECHE Y FECULA	TORTILLA DE HUEVO Y ARROZ	CEBADA EXTRUIDA CON LECHE	QUINUA, CHALONA Y ARROZ
PROYECTO NUTRICION	MANDARINA	CARNE Y VERDURAS	ENSALADA FRESCA	AJIACO DE OLLUCO	FRUTA: PIÑA
ENTIDAD	LUNES 23	MARTES 24	MIERCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
QALIWARMA	PESCADO Y FIDEO	Arroz con Leche y cereal extruido	TORTILLA DE HUEVO	CEBADA EXTRUIDA CON LECHE	CHAUFA DE HUEVO CON ARROZ
PROYECTO NUTRICION	FRUTA: MANZANA	HAMBURGUESA DE CARNE	ENSALADA FRESCA	AJI DE POLLO	FRUTA: PERA
ENTIDAD	LUNES 30	MARTES 31			
QALIWARMA	Pescado/fideo	Arroz con Leche y cereal extruido			
PROYECTO NUTRICION	FRUTA: GRANADILLA	SALPICON DE POLLO			

## Photo Gallery



The children are very happy with the food and fruit they receive.



Protein consumption increased. Although due to the high price of these products, especially beef, we are sometimes able to provide this product.



Different Peruvian dishes are enjoyed by students.