

- Menu -

NOVEMBER

FRIDAY

1

- Carne de res molida o pollo desmechado
- Espaguetis con salsa napolitana ó salsa blanca
- Crema de arracacha
- Pan bolita
- Queso parmesano
- Ensalada de vegetales
- Jugo/Lácteo/Postre

MONDAY

4

HOLIDAY

TUESDAY

5

- Picada de carne de res y pollo
- Pasta rústica con tomate cherry y finas hierbas
- Salteado de verduras con garbanzos
- Sopa campesina
- Arroz blanco ó integral
- Ensalada de vegetales
- Jugo/Lácteo/Postre

WEDNESDAY

6

- Albondigas de carne o Filete de cerdo en corte mariposa en salsa BBQ
- Cremosa pasta penne con espinacas
- Salteado de apio, pimientos y brocoli
- Sopa de arroz
- Arroz blanco ó integral
- Ensalada de vegetales
- Agua/ Fruta / Postre

THURSDAY

7

- Churrasco o Filete de pollo a la parrilla con chimichurri
- Papa macedonia
- Salteado de zucchinis y zanahoria
- Crema de verduras
- Arroz con cabello de angel
- Ensalada de vegetales
- Jugo/Lácteo/Postre

8

- Carne molida y Chicharrón al horno
- Plátano maduro
- Frijoles
- Arroz blanco
- Ensalada de vegetales
- Jugo/Postre

11

HOLIDAY

12

- Arroz a la Mexicana gratinado (Carne molida, maicitos, verduras y queso mozzarella)
- Carne molida o filete de cerdo en corte mariposa
- Crema de ahuyama
- Arroz con verduras
- Croqueta de yuca al horno
- Salteado de acelgas y tomate
- Ensalada de vegetales
- Jugo/Lácteo/Postre

13

- Pollo pernil o carne desmechada
- Sancocho
- Arroz blanco ó integral
- Salteado de verduras
- Banano
- Ensalada de vegetales
- Jugo/Lácteo/Postre

14

- Filete de mojarra o Filete de pollo a la plancha con salsa de maracuya
- Tajadas a la refractaria
- Salteado de verduras
- Cazuela de garbanzos
- Arroz blanco ó integral
- Ensalada de vegetales
- Agua/ Fruta / Postre

15

- Hamburguesa con carne de res
- Papas a la Francesa al horno
- Hamburguesas de tortas de lentejas
- Sopa campesina
- Ensalada de vegetales
- Jugo/Lácteo/Postre

18

- Arroz al estilo thai con verduras, pollo y carne de res
- Picada de carne y pollo
- Croquetas de yuca al horno
- Tomates a la napolitana
- Crema de champiñones
- Arroz con verduras
- Ensalada de vegetales
- Jugo/Lácteo/Postre

19

- Pollo o carne desmechada
- Maicitos dulces
- Cazuela de garbanzos
- Ajiaco
- Arroz blanco ó integral
- Ensalada de vegetales
- Jugo/Lácteo/Postre

20

- Carne molida o chicharrón al horno
- Plátano maduro
- Lentejas
- Arroz blanco ó integral
- Ensalada de vegetales
- Jugo/Postre

21

- Alitas de pollo o filete de cerdo en corte mariposa en salsa BBQ
- Pure de papa mixto
- Maicitos gratinados
- Sopa de avena
- Arroz con zanahoria
- Ensalada de vegetales
- Agua/ Fruta / Postre

22

- Carne molida o pollo
- Burritos
- Burritos al huerto
- Cazuela de frijol negro
- Crema mexicana con maicitos
- Arroz blanco ó integral
- Ensalada de vegetales
- Jugo/Lácteo/Postre

25

- Churrasco o filete de pollo a la parrilla con chimichurri
- Papa salada
- Berenjenas gratinadas
- Sopa de guineo
- Arroz blanco ó con ajonjolí
- Ensalada de vegetales
- Jugo/Lácteo/Postre

26

- Filete de cerdo en corte mariposa o Filete de pollo a la plancha con salsa hawaiana
- Papa criolla al horno
- Salteado de verduras con garbanzos
- Sopa de mondongo
- Arroz con lentejas
- Ensalada de vegetales
- Jugo/Lácteo/Postre

27

- Lasaña mixta de carne y pollo
- Pan bolita
- Cazuela de blanquillos
- Sopa de verdura
- Arroz blanco ó integral
- Ensalada de vegetales
- Jugo/Lácteo/Postre

28

- Filete de mojarra o Filete de pollo a la plancha con salsa de ajo
- Croqueta de yuca al horno
- Verduras salteadas con leche de coco y quinua
- Crema de zanahoria
- Arroz blanco ó integral
- Ensalada de vegetales
- Agua/ Fruta / Postre

29

**HOLIDAY
THANKSGIVING**



- Lonchena -
NOVEMBER

FRIDAY

- 1
- Arepitas de queso y bocadillo
 - Jugo
 - Fruta

MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

4

HOLIDAY

- 5
- Pancakes de banano
 - Agua
 - Fruta

- 6
- Palitos agridulces
 - Jugo
 - Fruta

- 7
- Empanada de carne
 - Chocolate negro
 - Fruta

- 8
- Cereal a base de maiz y quinua
 - Leche
 - Fruta

11

HOLIDAY

- 12
- Pandebono horneado
 - Avena
 - Fruta

- 13
- Torta de ahuyama
 - Jugo
 - Fruta

- 14
- Mini croissant horneado
 - Chocolate en leche
 - Fruta

- 15
- Bruschetta de frutos rojos y queso crema
 - Agua
 - Fruta

- 18
- Galletas con queso mozzarella
 - Jugo
 - Fruta

- 19
- Buñuelos
 - Colada maizena sabor a vainilla
 - Fruta

- 20
- Rollitos de canela horneados
 - Leche
 - Fruta

- 21
- Mini hamburguesa de carne con arepa a la parrilla
 - Jugo
 - Fruta

- 22
- Sandwich de jamon y queso
 - Agua
 - Fruta

- 25
- Platano maduro asado con queso mozzarella
 - Jugo
 - Fruta

- 26
- Arepita de maiz dulce
 - Chocolate
 - Fruta

- 27
- Tostadas francesas con mermelada natural de frutos rojos
 - Agua
 - Fruta

- 28
- Pizza napolitana
 - Jugo
 - Fruta

29

**HOLIDAY
 THANKSGIVING**

