



MENU

APRIL

MONDAY

- 7**
- Churrasco o filete de pollo a la plancha con guacamole
 - Papa dauphinoise
 - Habichuela guisada con hogao y huevo
 - Arroz blanco
 - Arroz integral
 - Sopa de avena
 - Ensalada de vegetales
 - Jugo / Lácteo / Postre
 - OPCION VEGETARIANA: Habichuelas guisadas con hogao y huevo

TUESDAY

- 1**
- Sudado de pollo y carne
 - Plátano maduro, papa, yuca
 - Arroz blanco
 - Arroz integral
 - Sopa de torrejales
 - Ensalada de vegetales
 - Jugo / Lácteo / Postre
 - OPCION VEGETARIANA: Canelones de queso crema, espinaca y soja

WEDNESDAY

- 2**
- Arroz atollado valluno (Pollo, carne de res, Chicharrón y platanito maduro)
 - Picada de carne y pollo
 - Papa macedonia
 - Tomates a la napolitana
 - Arroz con verduras
 - Crema de verduras
 - Ensalada de vegetales
 - Agua/ Fruta / Postre
 - OPCION VEGETARIANA: Tomates rellenos de lentejas y vegetales

THURSDAY

- 3**
- Chuleta de pollo apanado o filete de pollo a la plancha en salsa de panela y mostaza
 - Miqitos de plátano maduro
 - Salteado de acelgas y tomates
 - Arroz blanco
 - Arroz integral
 - Cazuela de garbanzos
 - Ensalada de vegetales
 - Jugo / Lácteo / Postre
 - OPCION VEGETARIANA: Cazuela de garbanzos

FRIDAY

- 4**
- Hamburguesa con carne de res
 - Papas a la Francesa al horno
 - Hamburguesas de tortas de lentejas
 - Sopa campesina
 - Ensalada de vegetales
 - Jugo / Lácteo / Postre
 - OPCION VEGETARIANA: hamburguesa de lentejas

- 8**
- Albondigas de carne o carne molida en salsa BBQ
 - Cremosa pasta penne con espinacas
 - Salteado de apio, pimientos y brocoli
 - Arroz blanco
 - Arroz integral
 - Sopa de arroz
 - Ensalada de vegetales
 - Jugo / Lácteo / Postre
 - OPCION VEGETARIANA: Albondigas vegetarianas (falafes)

- 9**
- Filete de mojarra o Filete de pollo a la plancha con salsa de naranja
 - Tajadas a la refractaria
 - Maicitos con queso y champiñones
 - Arroz con coco
 - Crema de pescado
 - Ensalada de vegetales
 - Agua/ Fruta / Postre
 - OPCION VEGETARIANA: Cazuela de blanquillos

- 10**
- Carne de res o pollo desmechado con guacamole
 - Pasta rustica con tomate cherry y salsa pesto
 - Arvejas con tocineta
 - Arroz blanco
 - Arroz integral
 - Sopa de cuchuco
 - Ensalada de vegetales
 - Jugo / Lácteo / Postre
 - OPCION VEGETARIANA: Sudado de arvejas

- 11**
- Carne molida y Chicharrón al horno
 - Plátano maduro
 - Arroz Blanco
 - Frijoles
 - Ensalada de vegetales
 - Jugo / Postre
 - OPCION VEGETARIANA: Sopa de frijoles

14 SEMANA SANTA

- 21**
- Arroz a la Mexicana gratinado (Carne molida, maicitos, verduras y queso mozzarella)
 - Carne molida o filete de cerdo en corte mariposa
 - Papa criolla al horno
 - Salteado de zucchini y zanahoria
 - Arroz blanco con verduras
 - Crema de ahuyama
 - Ensalada de vegetales
 - Jugo / Lácteo / Postre
 - OPCION VEGETARIANA: Rollitos de calabazín rellenos con queso crema y gratinados

15 SEMANA SANTA

- 22**
- Pollo pernil o carne desmechada
 - TRONCO
 - Banano
 - Torta de maicitos, papa, zicchini gratinada
 - Arroz blanco
 - Arroz integral
 - sancocho
 - Ensalada de vegetales
 - Jugo / Lácteo / Postre
 - OPCION VEGETARIANA: Torta de maicitos

16 SEMANA SANTA

- 23**
- Filete de cerdo o alitas de pollo en salsa de maracuya
 - Pure de papa mixto
 - Salteado de verduras con garbanzos
 - Arroz blanco
 - Arroz integral
 - Sopa de plátano frito
 - Ensalada de vegetales
 - Agua/ Fruta / Postre
 - OPCION VEGETARIANA: Garbanzos con espinaca al curry

17 SEMANA SANTA

- 24**
- Carne molida o chicharron al horno
 - Plátano maduro
 - Arroz blanco
 - Arroz integral
 - Lentejas
 - Ensalada de vegetales
 - Jugo / Postre
 - OPCION VEGETARIANA: Sopa de lentejas

18 SEMANA SANTA

- 25**
- Pollo desmechada
 - Maicitos dulces
 - Salteado de apio Pimientos y Brocoli
 - Arroz blanco
 - Arroz integral
 - Ajiaco
 - Ensalada de vegetales
 - Jugo / Lácteo / Postre
 - OPCION VEGETARIANA: nuggets de coliflor y zanahoria

- 28**
- Picada de carne de res y pollo con guacamole
 - Macarrones en salsa de queso
 - Ratatouille
 - Arroz blanco
 - Arroz integral
 - Sopa harina de maiz
 - Ensalada de vegetales
 - Jugo / Lácteo / Postre
 - OPCION VEGETARIANA: Sudado de arvejas con zanahoria y hogao

- 29**
- Costillas de cerdo o filete de pollo en salsa miel mostaza
 - Macarrones en salsa de queso mozzarella y crema de leche
 - Salteado de acelgas y tomates
 - Arroz con ajonjolí
 - Sopa de pasta
 - Ensalada de vegetales
 - Agua/ Fruta / Postre
 - OPCION VEGETARIANA: Pepino de guiso relleno de verduras gratinado

- 30**
- Lasaña mixta de carne y pollo
 - Pan bolita
 - Arroz blanco
 - Arroz integral
 - Sopa de verdura
 - Ensalada de vegetales
 - Jugo / Lácteo / Postre
 - OPCION VEGETARIANA: Lasaña vegetariana o cazuela de blanquillos

