



# 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 calabazin 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

