



		12/03/2018		13/03/2018		14/03/2018		15/03/2018		16/03/2018	
ENTRADA	DÍA	LUNES	KCAL	MARTES	KCAL	MIÉRCOLES	KCAL	JUEVES	KCAL	VIERNES	KCAL
/ SOPA	ENTRADA	AGUACATE RELLENO CON VERDURAS	200	CAPRESS	170	CHOCLO CON QUESO	160	MINI BOLON CON CHICHARRÓN	165	CEVICHE DE CHOCHO	145
	SOPA	CREMA DE ZAPALLO CON CANGUIL	180	SANCOCHO DE POLLO	165	SOPA DE VEGETALES	165	SOPA DE ACELGA	185	CONSOME DE RES	220
OPCIÓN VEGETARIANA A	PROTEÍNA A	ALBÓNDIGAS DE FRÉJOL CON PESTO	180	OMELET DE VERDURAS ( BROCOLI, COLIFLOR, PIMIENTO ROJO)	200	QUINOTO CON QUESO Y CHAMPIÑONES	165	ESTOFADO DE GARBANZO	200	LASAÑA DE VEGETALES	165
OPCIÓN VEGETARIANA B	PROTEÍNA B	GOULASH HÚNGARO	150	PASTEL NAPOLITANO CON SALSA DE CHAMPIÑÓN	160	POLLO AL CURRY	165	CERDO A LA BBQ	230	CORVILLA	250
OPCIÓN VEGETARIANA C	PROTEÍNA C	POLLO A LA PLANCHA A LA NARANJA	165	CALAMARES APANADOS CON SALSA GOLF	250	PESCADO A LA PLANCHA	165	HAMBURGUESA DE RES	190	POLLO BROASTER	185
OPCIÓN GUARNICIÓN A	GUARNICIÓN A	ARROZ VERDE	210	ARROZ A LAS FINAS HIERBAS	204	ARROZ CON PIMIENTOS DE COLORES	210	ARROZ AL ROMERO	204	ARROZ BLANCO	204
OPCIÓN GUARNICIÓN B	GUARNICIÓN B	YUCA AL AJILLO	100	MENESTRA DE FRÉJOL	90	PATACONES CON SALSA DE LIMÓN	99	VEGETALES SALTEADOS (ZUQUINI DE COLORES, BROCOLI)	80	PURE DE PAPA	80
OPCIÓN GUARNICIÓN C	GUARNICIÓN C	ESTOFADO DE CHOCLO	100	BROCOLI GRATINADO	100	PAPA AL VAPOR	70	PAN INTEGRAL PARA HAMBURGUESA	80	MENESTRA DE LENTEJA	80
OPCIÓN ENSALADA A	ENSALADA A	COLESLAW	70	ZANAHORIA, RABANOS, PALMITO	30	ENCURTIDO	25	PAPA, ZANAHORIA APIO	80	HABAS, TOMATE CHERRY Y QUESO	45
OPCIÓN ENSALADA B	ENSALADA B	PEPINILLO Y PIMIENTO AMARILLO	25	ENSALADA HAWAIANA (CHOCLO, MANZANA, PIÑA, PIMIENTO ROJO, APIO, MAYONESA)	70	ZUCCHINI, APIO Y PIMIENTO	30	PEPINILLOS, ACEITUNAS Y CEBOLLA	35	REMOLACHA-ZANAHORIA	45
OPCIÓN ENSALADA C	ENSALADA C	TOMATE, COLIFLOR, COL MORADA	30	LECHUGA-TOMATE	30	RÚCULA-TOMATE, QUESO	25	AGUACATE, LECHUGA, TOMATE	50	TOMATE-LECHUGA-RÁBANO	30
OPCIÓN POSTRE A	POSTRE A	HELADO DE TAXO	85	FLAN DE LECHE	140	COME Y BEBE	130	GELATINA DE PIÑA	165	MOUSSE DE FRESA	200
OPCIÓN POSTRE B	POSTRE B	STRUDEL DE MANZANA	140	MELON CON CHISPAS DE CHOCOLATE	85	FRUTILLAS CON CREMA	100	KIWI	110	DULCE DE BABACO	105
OPCIÓN POSTRE C	POSTRE C	CLAUDIA	60	PERA AL HORNO	60	GRANADILLA	30	DURAZNO EN ALMIBAR	60	UVAS	60
OPCIÓN AGUA NATURAL	AGUA NATURAL	AGUA NATURAL		AGUA NATURAL		AGUA NATURAL		AGUA NATURAL		AGUA NATURAL	
OPCIÓN JUGO A	JUGO A	MANGO	130	TAMARINDO	94	TAXO	113	MORA	95	COCO	130
OPCIÓN JUGO B	JUGO B	GUANABANA	130	BABACO	110	TOMATE DE ÁRBOL	80	AVENA	140	MARACUYÁ	126
PROPUESTA 1	PROPUESTA 1	FRÉJOL CON PESTO Y YUCA AL AJILLO	180	OMELET DE VERDURAS CON ARROZ A LAS FINAS HIERBAS ( SALATS BAR)	200	QUINOTO Y CHAMPIÑONES CON PAPA AL VAPOR	165	ESTOFADO DE GARBANZO CON VEGETALES SALTEADOS ( SALATS BAR)	200	LASAÑA DE VEGETALES Y ( SALATS BAR)	165
PROPUESTA 2	PROPUESTA 2	GOULASH HÚNGARO CON ARROZ VERDE ( SALATS BAR)	150	PASTEL NAPOLITANO CON SALSA DE CHAMPIÑÓN CON BROCOLI GRATINADO	160	PATACONES CON ARROZ CON PIMIENTOS DE COLORES ( SALATS BAR)	99	CERDO A LA BBQ CON ARROZ AL ROMERO ( SALATS BAR)	230	MENESTRA DE LENTEJA ( SALATS BAR)	90
PROPUESTA 3	PROPUESTA 3	POLLO A LA PLANCHA CON ESTOFADO DE CHOCLO	165	CALAMARES APANADOS CON SALSA GOLF CON MENESTRA DE FREJOL	250	PESCADO A LA PLANCHA CON PATACONES CON SALSA DE LIMÓN	165	HAMBURGUESA DE RES CON VEGETALES SALTEADOS Y PAN INTEGRAL	190	POLLO BROASTER CON PURE DE PAPA ( SALATS BAR)	185

**MENÚ PRIMARIA**

DÍA	LUNES	KCAL	MARTES	KCAL	MIÉRCOLES	KCAL	JUEVES	KCAL	VIERNES	KCAL
SOPA	CREMA DE ZAPALLO CON CANGUIL	180	SANCOCHO DE POLLO	165	SOPA DE VEGETALES	165	SOPA DE ACELGA	185	CEVICHE DE CHOCHO	220
PROTEÍNA A	GOULASH HÚNGARO	180	CALAMARES APANADOS CON SALSA GOLF	200	PESCADO A LA PLANCHA	165	HAMBURGUESA DE RES	200	POLLO BROASTER	165
GUARNICIÓN A	ARROZ VERDE/ESTOFADO DE CHOCLO	210	ARROZ A LAS FINAS HIERBAS/MENESTRA DE FREJOL	204	PAPA AL VAPOR CON SALSA DE QUESO	210	PAN INTEGRAL/VEGETALES SALTEADOS	204	PURE DE PAPA	204
ENSALADA A	COLESLAW/PEPINILLO Y PIMIENTO AMARILLO	70	ZANAHORIA, RABANOS, PALMITO/LECHUGA TOMATE	30	PATACONES, TOMATE, QUESO / LECHUGA, APIO, PIÑA	25	PEPINILLO Y ACEITUNAS/AGUACATE, LECHUGA, TOMATE	80	HABAS Y ZANAHORIA / TOMATE, LECHUGA	45
POSTRE A	STRUDEL DE MANZANA	85	FLAN DE LECHE	140	COME Y BEBE	130	DURAZNO EN ALMIBAR	165	UVAS	200
AGUA NATURAL	AGUA NATURAL		AGUA NATURAL		AGUA NATURAL		AGUA NATURAL		AGUA NATURAL	
JUGO A	MANGO	130	BABACO	94	TOMATE DE ÁRBOL	113	MORA	95	COCO	130