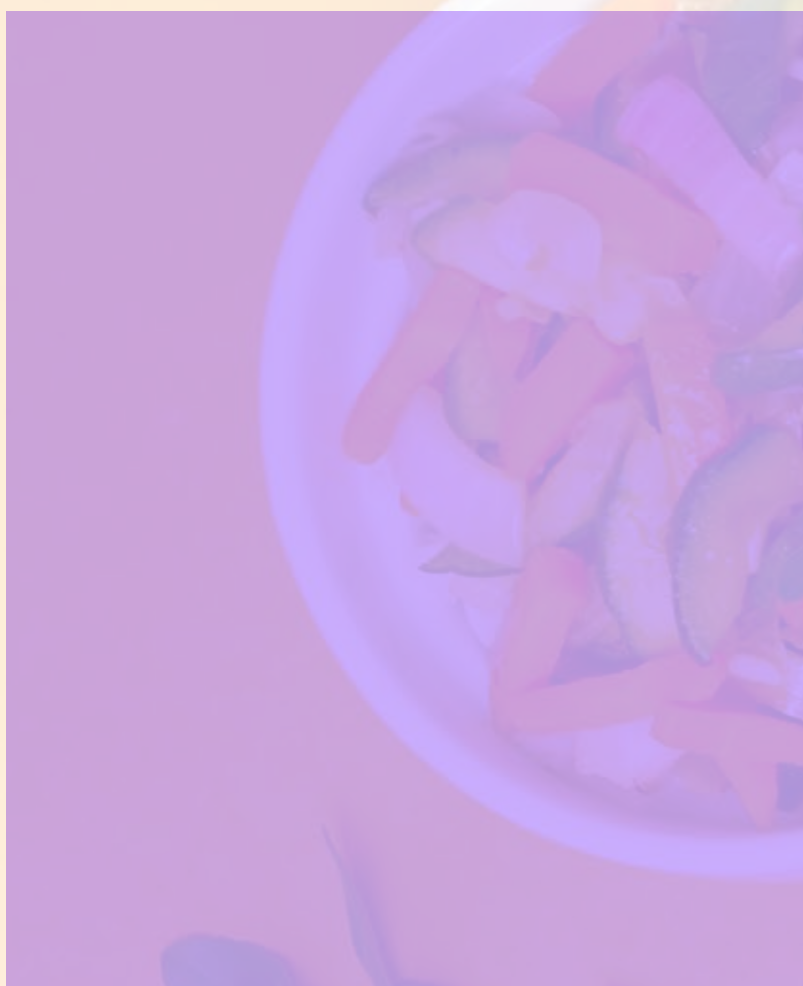


MENÚ

ALMUERZO
SECUNDARIA













NOVIEMBRE



LUNES 04

FERIADO











MARTES 05

-  Sopa de verduras
-  Pollo al horno
-  Salón a la mostaza
-  Tomate relleno con carne
-  Arroz amarillo
-  Arroz integral
-  Guiso de garbanzo
-  Maduro al horno
-  Berenjena apanada
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MIÉRCOLES 06

-  Sancocho blanco
-  Cerdo en salsa de champiñones
-  Spaghetti boloñesa
-  Souffle de papa y berenjena
-  Arroz blanco
-  Arroz integral
-  Patatas bravas
-  Grissini parmesano
-  Espárragos en salsa bernesa
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

JUEVES 07

-  Sopa de albóndigas
-  Pechuga de pollo al horno
-  Tilapia a la plancha s/cremosa
-  Milanesa de arroz integral con salsa napolitana
-  Arroz verde
-  Arroz integral
-  Menestra de frejol panamito
-  Yuca al orégano
-  Chips de yuca
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día













VIERNES 08

-  Arepa con pollo
-  Sopa de quinua
-  Lomo al chimichurri
-  Hornado
-  Hamburguesa de lenteja
-  Arroz blanco
-  Arroz integral
-  Papa salteada
-  Mote, tortilla, maduro
-  Souffle de espinaca
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

VIERNES 01

FERIADO













LUNES 11

-  Sopa de bolas de maíz
-  Pollo a la americana
-  Tilapia a la plancha s/ española
-  Carne vegetal napolitana
-  Arroz al pimentón
-  Arroz integral
-  Fideo tornillo mantequilla perejil
-  Estirones de verde
-  Souffle de brócoli
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día












MARTES 12

-  Crema de brócoli canguil
-  Lomo cantones
-  Chuleta al chimichurri
-  Lasaña de vegetales
-  Arroz blanco
-  Arroz integral
-  Vegetales salteados
-  Wantán frito
-  Tomate gratinado
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MIÉRCOLES 13

-  Consomé de pollo
-  Ambateñito
-  Churrasco
-  Falafel
-  Arroz blanco
-  Arroz integral
-  Tortilla de papa
-  Papa cajún
-  Choclo salteado
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

JUEVES 14

-  Caldo de pescado
-  Cariucho de pollo
-  Cesina
-  Ceviche de palmito
-  Arroz blanco
-  Arroz integral
-  Papa al vapor
-  Mote pillo
-  Canguil
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día











VIERNES 15

-  Choclo grano queso
-  Pozole
-  Chimichangas
-  Burrito de res
-  Champiñones al ajillo con espinaca
-  Arroz a las finas hierbas
-  Arroz integral
-  Ronditos
-  Vegetales salteados
-  Tortilla de verde
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

LUNES 18

-  Sopa de verduras
-  Salón al jugo
-  Pollo al horno
-  Chicharrón vegetariano
-  Arroz blanco
-  Arroz integral
-  Bastones de yuca
-  Patacones
-  Puré de yuca
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día













MARTES 19

-  Locro de zapallo pollo
-  Pollo al horno
-  Carne de hamburguesa a la plancha
-  Quinua con champiñones
-  Arroz blanco
-  Arroz integral
-  Menestra de lenteja
-  Papa chaucha al romero
-  Chips de camote
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MIÉRCOLES 20

-  Sopa de bolas de verde
-  Medallón de pollo con verduras
-  Carne llanera
-  Tortilla de lenteja
-  Arroz al perejil
-  Arroz integral
-  Arepa
-  Verduras salteadas
-  Mote con picadillo
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

JUEVES 21

-  Crema de zanahoria canguil
-  Pechuga de pollo al pesto
-  Tilapia a la plancha
-  Hamburguesa de garbanzo
-  Arroz a las finas hierbas
-  Arroz integral
-  Spaguetti al pomodoro
-  Yuca en salsa de maní
-  Papa dorada
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

VIERNES 22

-  Arepa con carne
-  Consomé brunoise
-  Ropa vieja
-  Cerdo a la plancha al curry
-  Canelón de espinaca queso ricotta
-  Arroz con moros y cristianos
-  Arroz integral
-  Maduro frito
-  Menestra de frejol negro
-  Vegetales salteados
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día













LUNES

25

-  Repe lojano
-  Pollo a la plancha s/BBQ
-  Arroz marinero
-  Hotdog vegetariano
-  Arroz al curry
-  Arroz integral
-  Croqueta de quinua
-  Menestra de lenteja
-  Papa cajún
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día


MARTES

26

-  Sopa de morocho
-  Cerdo a la plancha s/ajonjolí
-  Lasaña mixta
-  Lasaña de vegetales
-  Arroz a la mostaza
-  Arroz integral
-  Papa campesina
-  Tomate gratinado
-  Maduro al horno
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día










MIÉRCOLES

27

-  Sopa china
-  Tilapia con verduras
-  Pechuga de pollo al pesto
-  Falafel
-  Arroz a las finas hierbas
-  Arroz integral
-  Chifles
-  Maduro cocido
-  Verduras gratinadas
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día










JUEVES

28

-  Sopa de arroz de cebada
-  Pechuga de pollo al chimichurri
-  Chuleta al jugo
-  Chop suey vegetariano
-  Arroz al perejil
-  Arroz integral
-  Verduras al vapor
-  Spaguetti salteado
-  Wantán frito
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

VIERNES

29

-  Ceviche de camarón entrada
-  Sopa de bolas de verde
-  Tilapia en salsa cremosa
-  Cheeseburger
-  Hamburguesa de lenteja
-  Arroz con pimientos
-  Arroz integral
-  Papa al perejil
-  Onions rings
-  Vegetales salteados
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

