

MENÚ SEMANAL



7 - 10 NOVIEMBRE

- TODOS LOS ALMUERZOS VIENEN CON:
ARROZ Y POSTRE

- SE OFRECE:
JUGO NATURAL, NESTEA Y AGUA
* MÁS MILO EN PRIMARIA & GASEOSA EN BACHILLERATO

MARTES

SOPA - Lentejas

PROTEÍNA 1 - Salchicha ranchera

AC. - Plátano al horno

PROTEÍNA 2 - Pollo napolitano

ENS. 1 - Arveja y tocineta

ENS. 2 - Ensalada de aguacate

ENS. 3 - Papa con salchicha

PCIÓN FRUTA- Salpicón

MIÉRCOLES

SOPA - Crema de verduras

PROTEÍNA 1 - Pollo oriental

AC. - Guisado de verduras

PROTEÍNA 2 - Churrasco con chimichurri

ENS. 1 - Garbanzos fritos

ENS. 2 - Ensalada cesar con pollo

ENS. 3 - Zanahoria en jugo de naranja

PCIÓN FRUTA- Piña

FRUTA ENTERA- Mango azúcar

JUEVES

SOPA - Sopa de avena

PROTEÍNA 1 - Filete de tilapia al limón

AC. - Anillos de cebolla

PROTEÍNA 2 - Lomo de cerdo en salsa portobello

ENS. 1 - Ratatouille

ENS. 2 - Rodajas de tomate

ENS. 3 - Ensalada nicoise

PCIÓN FRUTA- Papaya

FRUTA ENTERA- Pera

VIERNES

SOPA - Minestrone

PROTEÍNA 1 - Lasagna mixta

AC. - Pan francés

PROTEÍNA 2 - Pechuga a la plancha

ENS. 1 - Enalasa Cesar

ENS. 2 - Zanahoria con uvas pasas

ENS. 3 - Tomate burnoise

PCIÓN FRUTA- Melón

FRUTA ENTERA- Ciruela nacional