



Menú Del 3 al 31 de mayo

Todos los días jugos naturales

	Sopa/Fruta	Proteína	Cereal/grano	Carbohidrato	Verdura	Postre
Lunes 3	Sopa de ahuyama	Steaks de res con champiñones	Arroz blanco	Torta de papa	Ensalada	Galletas sable
Martes 4	Fruta	Julianas de pollo a la mandarina	Arroz a la plancha	Papa al perejil	Chop suey	Repollitas
Miércoles 5	Sandwich de pollo, lechuga, paquete de todorico, granadilla, minichocolitas					Chocolatina
Jueves 6	Fruta	Arroz atollado con res, pollo, chorizo, verduras y papas chips				Gomitas
Viernes 7	Sopa de avena	Pernil de cerdo al horno	Arroz al pimentón	Papa a la rusa	Ensalada	Corazones
Lunes 10	Crema de espinaca	Goulash	Arroz blanco	Yuca frita	Ensalada	Gelatina
Martes 11	Fruta	Pollo al pimentón rojo y verde	Arroz blanco	Plátano maduro al horno	Verdura caliente	Brazo de reina
Miércoles 12	Sopa de lentejas	Carne a la plancha	Arroz con zanahoria	Mazorca desgranada	Ensalada	Galletas de ojos
Jueves 13	Ajiaco con pollo crema de leche y alcaparras				Aguacate	Dulce de fresa
Viernes 14	Crema de zucchini	Lasagna mixta con pollo, carne, jamón, champiñones y pan			Ensalada	Paleta
Martes 18	Sopa de pasta	Bistec criollo	Arroz blanco	Cuadros de papa a la plancha	Ensalada	Galletas con chips de chocolate
Miércoles 19	Fruta	Pollo grille	Arroz blanco	Papa asada	Ensalada	Cinnamon roll
Jueves 20	Crema de tomate	Steak mostaza	Arroz blanco	Cascabeles	Ensalada	Pastelitos de bocadillo
Viernes 21	Fruta	Piernas de pollo al horno	Arroz con fideos	Papa al vapor	Ensalada	Chomelo
Lunes 24	Sopa jardinera	Steak holandes	Arroz al cebollín	Papa a la parmesana	Ensalada	Galletas de chocolate
Martes 25	Fruta	Pollo al estragón	Arroz con uvas pasas	Puré de papa	Verdura caliente	Brownies
Miércoles 26	Plato paisa: fríjoles, carne molida, tajadas de plátano maduro, chorizo, chicharrón y arroz blanco				Aguacate	Dulce de papayuela
Jueves 27	Medias nueves: yogo yogo, empanada de arroz y carne, choclitos de limón, porción de patilla y barrilete					
Viernes 28	Medias nueves: malteada de fresa, palito de queso, cheetos, papaya y colombina					
Lunes 31	Medias nueves: Leche achocolatada, porción de pizza, doritos, melón y chocolatina					

★ La barra de ensaladas consta de los siguientes productos y se escogerán 5 diarios: lechuga, espinaca, repollo blanco, repollo morado, tomate, pimentón, cebolla, zanahoria, raíces, rábanos, apio, habichuela, arveja, maíz, remolacha, champiñones, maní, uvas pasas, queso, atún, encurtido, coliflor, brócoli, pepino cohombro, frijol blanco, garbanzo, ajonjolí.

★ Las verduras calientes podrán ser: arveja, zanahoria, calabacín, brócoli, coliflor, acelga, espinaca, calabaza, habichuela, pepino común, guisantes, ahuyama, apio, berenjena, pimentón, col china, raíces chinas, repollo.

★ Para quienes requieren el menú de dieta se hacen las modificaciones pertinentes al menú diario ofrecido, adicionalmente cuenta todos los días con verdura caliente.