



Menú Almuerzos – ABRIL de 2018



Día	SOPAS	PROTEINAS			CARBOHIDRATOS	JUGO	FRUTA	ENSALADA
		Opción 1	Opción 2 * (Vegetariano - Vegano)	Opción 3 - DIETAS				
2		Arroz Chino	Arroz con Verduras	Pechuga Acompañado de Verdura Caliente del Día	Papas Doradas	Piña		Mix de Lechugas, Aguacate, Cherry, Apio
3	Cuchuco de Maíz	Albóndigas Riojanas	Albóndigas de Frijol Blanco	Pechuga Acompañado de Verdura Caliente del Día	Tajadas Maduras/ Arroz Blanco	Uva	Mango	Mix de Lechugas,Uchucas,Manzana, Queso
4	N/A	Macarrones Alfredo	Macarrones Capresse	Pechuga o Tilapia Acompañado Verdura Caliente del Día	Mini Croissant	Lulo	Naranja Tangelo	Ensalada Waldorf
5		Filetes Rusos	Soufleé de Espinacas	Pechuga Acompañado de Verdura Caliente del Día	Puré de Papa / Arroz	Mandarina	Piña	Barra de Frutas
6	N/A	Perro Caliente	Perro Caliente Vegetariano	Proteína del Día Acompañado con Fruta de Temporada	Papas Chips	Limonada	Ciruelas	N/A



Menú Almuerzos – ABRIL de 2018



9	Sopa de Verduras	Carne al Chimichuri	Tomates rellenos de Acelgas y Gratinados	Pechuga Acompañado de la Verdura del Día	Papa Salada / Arroz	Mango	Banano	Mix de Lechuga, Rábanos, Zuccinni, Tomate y Queso
10	N/A	Lasaña Mixta	Lasaña Vegetariana	Pechuga Acompañado de la Verdura del Día	Pan Flauta	Mora	Pera	Tomates al Orégano
11	N/A	Lentajas con Carne Molida	Lentejas Vegetarianas	Pechuga o Filete de Tilapia Acompañado Verdura Caliente	Arroz Blanco	Limonada	Mandarina	Verduras Mixtas, Brócoli
12		Pollo con Salsa de Cilantro	Coliflor Gratinado	Cerdo a la Plancha Acompañado de Verdura Caliente	Arroz con Fideos	Maracuyá	Grandilla	Mix de Lechugas, Pepino Cohombro, Tomate Cherry, Queso
13	N/A	Burritos Mexicanos	Burritos Vegetarianos	Proteína del Día Acompañado con Fruta de Temporada	Totopos	Té Helado	Piña	Lechuga Batavia, Pico de Gallo, Guacamole



Menú Almuerzos – ABRIL de 2018



16	Crema de Coliflor	Aroz Chaufa Peruano con Curry	Aroz Chaufa Peruano con Curry - Vegetariano	Carne de Res a la Plancha con Verdura Caliente del Día	Tajadas de Plátano	Lulo	Manzana	Rodajas de Tomate
17		Pescado Apanado	Frijol Blanco	Pechuga o Res a la Plancha acompañado de la Verdura Caliente	Patacón / Aroz del Día	Mandarina	Patilla	Ensalada de Col
18	N/A	Ropa Vieja	Souflee de Acelgas	Pechuga Acompañado de la Verdura del Día	Papa OBrien / Aroz	Limonada	Uvas	Barra de Frutas
19	N/A	Frijolada	Frijolada Vegetariana	Res y Pechuga a la Plancha con Verdura Caliente del Día	Aroz / Tajadas Maduras	Limonada de Panela	Naranja Tangelo	Aguacate, Pico de Gallo
20	N/A	Pizza Napolitana/ Mexicana/ Pollo con Champiñones/ Hawaiana	Pizza Napolitana/ Pizza de Verduras	Proteína del Día Acompañado con Fruta de Temporada		Te Frío	Durazno	



Menú Almuerzos – ABRIL de 2018



30	Sopa de Colicero	Milanesa de Pollo	Milanesas Falafel	Pechuga y Cerdo Acompañado de Verdura Caliente del Día	Aroz con Fideos, Tajadas Maduras	Mango	Uvas	Ensalada Griega
1		Costilla de Cerdo BBQ	Tornillitos Con Espinacas y Cherys	Pechuga y Res Acompañado de Verdura Caliente del Día	Papa Criolla / Aroz Blanco	Limonada	Pera	Ensalada Hawaiana
2		Festival de Pasta	Festival de Pasta	Pechuga y Cerdo Acompañado de Verdura Caliente del Día	Tostidas al Ajillo	Mango	Uvas	Entomatada
3		Pescado al Horno	Arvejas Estofadas	Pechuga y Ternera Acompañado de Verdura Caliente del Día	Coscojas, Aroz con Coco	Te Frío	Patilla	Tomate Cherry a la Pemesana
4		Fricassé de Pollo	Pepinos Rellenos	Proteína del Día Acompañado con Fruta de Temporada	Aroz Blanco/ Papas a la Francesa	Mandarina	Ciruelas	Mix de Lechugas, Aguacate, Cherry, Apio

Todos los jugos ofrecidos en el menú son elaborados con pulpa de fruta natural.

Todos los menús van acompañados con el postre del día