

# Menú Almuerzos – FEBRERO de 2019

Día	SOPAS	PROTEINAS			CARBOHIDRATOS	JUGO	FRUTA	ENSALADA
		Opción 1	Opción 2 * (Vegetariano - Vegano)	Opción 3 - DIETAS				
4	Sopa Minestrone	Cerdo a la Griega	Torta de Zanahoria	Pechuga de Pollo / Res con Verdura Caliente del Día	Aroz Blanco/Papa Chalequiada	Naranja/Piña	Granadilla	Mix de Lechugas, Zanahoria, Pepino, Aceitunas, Cherry
5		Colombinas de Pollo al Horno	Verdura Campesina	Pechuga de Pollo / Res con Verdura Caliente del Día	Aroz Blanco / Papa al Vapor	Uva	Pera	Mix de Lechugas, Cebolla Roja, Frijol, Cilantro, Tomate
6		Albóndigas	Guisado de Arvejas, Mazorca y Zanahoria	Pechuga de Pollo / Res con Verdura Caliente del Día	Tajadas Al Perejil / Aroz del Día	Mango	Ciruelas	Ensalada de Remolacha
7		Lentejas con Carne Asada.	Lentejas vegetarianas	Carne de Res y Pechuga Acompañado de Verdura Caliente del Día	Aroz Blanco/ Papa Salada	Mora	Naranja Tangelo	Mix de Lechugas, Cebolla, Tomate, Pepino, Cilantro
8		Burritos Mexicanos	Burritos Vegetarianos	Pechuga Acompañado de la Verdura Caliente del Día	Totopos	Limonada de Panela	Manzana	Pico de Gallo y Guacamole





# Menú Almuerzos – FEBRERO de 2019



Día	SOPAS	PROTEINAS			CARBOHIDRATOS	JUGO	FRUTA	ENSALADA
		Opción 1	Opción 2 * (Vegetariano - Vegano)	Opción 3 - DIETAS				
11	Ajiaco	Ajiaco	Ajiaco Vegetariano	Carne de Res y Pechuga Acompañado de Verdura Caliente del Día	Arroz Blanco / Alcaparras	Lulo	Mandarina	Aguacate
12		Lasaña Mixta	Lasaña de Verduras	Carne de Res y Pechuga Acompañado de Verdura Caliente del Día	Pan Flauta	Frutos Rojos	N/A	Barra de Frutas
13		Cordon Bleu	Wok de Verduras	Carne de Res y Pechuga Acompañado de Verdura Caliente del Día	Arroz con Zanahoria/Papa con Perjil y Mayonesa	Mandarina	Piña	Mix de Lechugas, Apio, Zanahoria, Tomate, Cebolla Crunch.
14		Costillas BBQ	Torta de Acelgas	Carne de Res y Pechuga Acompañado de Verdura Caliente del Día	Arroz con Fideos/Papa Criolla	Mango/ Maracuyá	Patilla	Pepino Cochombro, Tomate Cherry, Cebolla Roja, Aceituna Negra, Tomillitos
15		Ropa Vieja	Pepinos Rellenos	Pechuga Acompañado Verdura Caliente	Arroz del Día/ Yuca Dorada	Naranja	Banano	Ensalada Waldorf





# Menú Almuerzos – FEBRERO de 2019



Día	SOPAS	PROTEINAS			CARBOHIDRATOS	JUGO	FRUTA	ENSALADA
		Opción 1	Opción 2 * (Vegetariano - Vegano)	Opción 3 - DIETAS				
18	Crema de Zanahoria con Jengibre	Alitas Broaster	Frijoles Blancos	Pechuga y Res Acompañado de la Verdura Caliente del Día	Aroz Fideos/ Papas Dorada	Mango	Patilla	Ensalada César
19		Came en Bistec	Lasaña de Papa, Champiñones y Echalotes	Cerdo a la Plancha Acompañado de Verdura Caliente del Día	Lasaña de Papa, Champiñones y Echalotes	Mora	Piña	Mix de Lechugas, Tomate, Cilantro, Cebolla Roja
20		Aroz Chino	Aroz con Verduras	Pechuga y Cerdo Acompañado de la Verdura Caliente del Día	Tostadita de Ajo	Maracuyá	Banano	Mix de Lechugas, Tomate, Queso, Aceitunas
21		Frijolada con Came Molida	Frijolada Vegetariana	Cerdo a la Plancha Acompañado de Verdura Caliente del Día	Aroz del Día / Tajadas Maduras	Limonada	Durazno	Aguacate y Tomate
22		Crepes Mexicano	Crepes Vegetarianos	Pechuga y Cerdo Acompañado de la Verdura Caliente del Día	Aroz Blanco/ Papas Chips	Uva	Mandarina	Lechuga Batavia, Pico de Gallo





# Menú Almuerzos – FEBRERO de 2019



Día	SOPAS	PROTEINAS			CARBOHIDRATOS	JUGO	FRUTA	ENSALADA
		Opción 1	Opción 2 * (Vegetariano - Vegano)	Opción 3 - DIETAS				
25	Sopa de Avena	Came al Chimichurri	Came Vegetariana al Chimichurri	Pechuga y Tilapia Acompañado de Verdura Caliente del día	Papa Salada / Arroz Blanco	Piña	Granadilla	Mix de Lechugas, Cherry, Aguacate, Queso
26		Pescado a la Plancha con Salsa Tártara.	Frijoles	Came de Res y Pechuga Acompañado de Verdura Caliente del Día	Arroz Blanco / Yuca Dorada	Té Helado	Manzana	Mix de Lechugas, Apio, Zanahoria con Miel y Ajonjolí, Tomate
27		Arroz Mexicano	Arroz Mexicano Vegetariano	Pechuga y Res a la Plancha Acompañado de la Acelgas a la Criolla	Yuca Dorada	Lulo	Patilla	Pico de Gallo y Guacamole
28		Posta Negra Cartagenera	Tomates Rellenos	Pechuga y Cerdo Acompañado de la Verdura Caliente del Día	Arroz con Coco/ Puré de Papa	Lulo	Patilla	Ensalada Waldorf
1	N/A	Hamburguesa Mexicana	Hamburguesa Vegetariana	Pechuga o Res a la Plancha Acompañado de Verdura Caliente del día	Papas Chips	Té Helado	Patilla	Lechuga, Cebolla Grillé, Tomate

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

**\*\*\*Todos los menús van acompañados con el postre del día\*\*\***

**Nota: El Menú planeado estará sujeto a cambios por causas imprevistas que estén fuera del alcance de los procesos de Compra y Producción**

