

Menú Almuerzos – OCTUBRE de 2021

	SOPAS	PROTEINAS			CARBOHIDRATOS	JUGO	FRUTA
		Opción 1	Opción 2 * (Vegetariano - Vegano)	Opción 3 - DIETAS			
4		Pechuga a la Miel/Mostaza	Garbanzos Estofados	Carne de Res y Pechuga Acompañado de Verdura Caliente del Día	Papa al Horno / Aroz con Zanahoria	Mora	Banano
5		Lasaña Mixta	Lasaña de Verduras	Tilapia y Pechuga + Verdura Caliente	Pan Bolita	Lulo	Piña
6	Frijolada	Frijoles Charros con Tocineta, Chorizo, Chicharron y Picadillo	Frijoles Charros Vegetarianos	Pechuga de Pollo y Res a la Plancha Acompañado de Verdura Caliente del Día	Aroz Blanco / Plátano Maduro	Limonada de Panela	Naranja Tangelo
7		Came con Chimichurri	Carne Vegetariana al Chimichurri	Pechuga y Tilapia Acompañado de Verdura Caliente del día	Papa Salada / Aroz Con Fideos	Piña	Granadilla
8		Perros Calientes	Perros Calientes	Res, Pechuga Acompañando de la Verdura Caliente del Día	Papas a la Francesa	Limonada	Durazno

TODOS LOS DIAS BARRA DE ENSALADA CON VINAGRETA

Menú Almuerzos – OCTUBRE de 2021

Día	SOPAS	PROTEINAS			CARBOHIDRATOS	JUGO	FRUTA
		Opción 1	Opción 2 * (Vegetariano - Vegano)	Opción 3 - DIETAS			
18	Festivo	Festivo	Festivo	Festivo	Festivo	Festivo	Festivo
19		Pescado al Horno con Mayonesa de Pimenton	Risotto de Champiñones	Carne de Res y Pechuga Acompañado de Verdura Caliente del Día	Yuca Dorada / Aroz con Coco	Mandarina	Melón
20		Lentajas con Carne o Pechuga a la Plancha	Lentejas Vegetarianas	Pechuga Y Res a la Plancha Acompañado de la Verdura Caliente del Día	Aroz Blanco / Papas en Chupe	Uva	Durazno
21		Ropa Vieja	Berenjenas Grainadas	Tilapia y Pechuga + Verdura Caliente	Aroz Blanco / Torta de Zanahoria	Lulo	Sandia
22		Colombina de Pollo a la Broaster	Falafel	Carne de Res y Pechuga Acompañado de Verdura Caliente del Día	Papas Chips	Limonada	Piña

TODOS LOS DIAS BARRA DE ENSALADA CON VINAGRETA

Menú Almuerzos – OCTUBRE de 2021

	SOPAS	PROTEINAS			CARBOHIDRATOS	JUGO	FRUTA
		Opción 1	Opción 2 * (Vegetariano - Vegano)	Opción 3 - DIETAS			
25		Canelones Pollo/ Boloñesa	Canelones de Verduras	Pechuga y Tilapia Acompañado de Verdura Caliente del día	Pan Bolita	Mango	Naranja Tangelo
26		Alitas Búfalo	Calabazas con Elotes	Res, Pechuga Acompañando de la Verdura Caliente del Día	Arroz Amarillo / Papas al Horno	Limonada	Durazno
27	Ajïaco	Ajïaco	Ajïaco Vegetariano	Pechuga y Res Acompañado de Verdura Caliente del Día	Arroz Blanco / Alcaparras	Lulo	Banano
28		Cerdo al Teriyaky	Baby Vegetariano al Teriyaky	Res, Pechuga Acompañando de la Verdura Caliente del Día	Arroz Fideos/ Ensaladilla Rusa	Naranja	Ciruelas
29		Picada (Came, Pollo, Costilla, Chorizo)	Picada Vigetrïana	Res, Pechuga, Tilapia, Acompañando de la Verdura Caliente del Día	Papa Criolla, Platano Maduro, Palomitas	Punch de Frutas	Piña

*****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