

CICLO MENU ALMUERZOS 2024

PRIMERA SEMANA

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO GUISADA EN TROZOS	TORTILLA DE CARNE DE RES FINAMENTE PICADA CON HUEVO	PECHUGA ASADA EN TROZOS	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA	GOULASH DE CARNE DE RES
LEGUMINOSA	NA	NA	NA	FRIJOLES	NA
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ESPAGUETTIS
VERDURA O ENSALADA	VERDURAS SALTEADAS	CALABAZA GUISADA CON ARVEJA	ENSALADA DE ESPINACA, MANGO, FRESA Y CREMA DE LECHE	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, AGUACATE Y CILANTRO	EN EL GOULASH
TUBÉRCULO	PAPA AL VAPOR	YUCA COCIDA	PAPA CRIOLLA AL VAPOR	PLATANO MADURO ASADO	PAPA CHIP
SOPA	SOPA PERLADA	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE VERDURAS	SIN SOPA	CREMA DE TOMATE
BEBIDA	JUGO DE MORA	JUGO DE FRESA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE LULO	JUGO DE PIÑA

SEGUNDA SEMANA

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
PROTEÍNA	CARNE DE RES GUISADA EN TROZOS	CARNE DE CERDO ASADA EN TROZOS	CARNE DE RES ASADA EN TROZOS	POLLO GUISADO EN TROZOS	ALBONDIGAS EN SALSA
LEGUMINOSA	NA	NA	LENTEJAS	NA	NA
CEREAL	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON CILANTRO	MACARRONES
VERDURA O ENSALADA	TAJADA DE AGUACATE	PEPINO GUISADO	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA	VERDURAS COCIDAS CON MAYONESA	ENSALADA DE REMOLACHA, ZANAHORIA Y MAYONESA
TUBÉRCULO	EN EL SANCOCHO	PAPA CRIOLLA CHORREADA	TAJADAS DE PLATANO MADURO	YUCA COCIDA	PAPA DORADA
SOPA	SANCONCHO	SOPA DE ARROZ	SIN SOPA	SOPA DE COLICERO	CREMA DE ESPINACAS
BEBIDA	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE MELÓN	JUGO DE LULO	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE PIÑA

TERCERA SEMANA

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
PROTEÍNA	CARNE DE RES EN SALSA BLANCA EN TROZOS	PECHUGA EN TROZOS A LAS FINAS HIERBAS	CARNE DE CERDO GUISADA EN TROZOS	POLLO DESMECHADO EN SALSA	HIGADO DE RES ENCEBOLLADO EN TROZOS
LEGUMINOSA	NA	NA	GARBANZOS	NA	NA
CEREAL	ARROZ CON CILANTRO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON FIDEOS	ESPAGUETTIS	ARROZ CON PIMENTON
VERDURA O ENSALADA	ESPINACA CON HUEVO	AHUYAMA GUISADA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ZANAHORIA RALLADA CON TOMATE Y PEREJIL	ENSALADA DE ESPINACA, PAPAYA, MANGO Y CREMA DE LECHE	ARVEJA VERDE FRESCA, ZANAHORIA Y HABICHUELA GUISADAS
TUBÉRCULO	PAPA COCIDA CON CASCARA	PAPA CRIOLLA AL VAPOR	PALATANO MADURO COCIDO CON CANELA	DEDITOS DE ARRACACHA	YUCA COCIDA
SOPA	SOPA DE AVENA	SOPA DE CONCHITA	SIN SOPA	CREMA DE AHUYAMA	SOPA DE PATACON
BEBIDA	JUGO DE PIÑA	TOMATE DE JUGO DE ÁRBOL	JUGO DE MORA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE MARACUYA

CUARTA SEMANA

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
PROTEÍNA	CARNE DE CERDO EN SALSA DE PIÑA	CARNE DE RES GUISADA EN TROZOS	HAMBURGUESA DE CARNE MOLIDA	CARNE DE CERDO A LA PLANCHA EN TROZOS	GOULASH DE PECHUGA
LEGUMINOSA	NA	ARVEJA VERDE SECA	NA	NA	NA
CEREAL	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON ZANAHORIA	ENSALADA DE CONCHITAS CON VERDURAS Y MAYONESA	ARROZ BLANCO	ARROZ CON FIDEOS
VERDURA O ENSALADA	ACELGA CON HUEVO	ENSALADA DE PEPINO, TOMATE Y CILANTRO		ENSALADA DE ESPINACA, MANZANA Y CREMA DE LECHE	VERDURAS ARVEJAS, ZANAHORIA Y HABICHUELA
TUBÉRCULO	PAPA CRIOLLA AL VAPOR	CROQUETA DE YUCA	PLATANO CON BOCADILLO	TAJADAS DE PLATANO MADURO	PAPA A LA FRANCESA
SOPA	SOPA DE ARRACACHA	SIN SOPA	CONSOME DE CARNE	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE AVENA
BEBIDA	JUGO DE FRESA	JUGO DE MELON	JUGO DE MANGO	JUGO DE LULO	JUGO DE GUAYABA