

# MENÚ LONCHERAS

## MENSUAL A.M.



| LUNES                                        | MARTES                              | MIÉRCOLES                            | JUEVES                                       | VIERNES                                                     |
|----------------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| WAFFLE<br>QUESO MIEL<br>FRUTA PICADA<br>JUGO | QUESADILLAS<br>CHOCOLATE<br>CUAJADA | AREPA DE POLLO<br>JUGO               | EMPANADA DE CARNE<br>JUGO                    | PIZZA DE POLLO CON<br>QUESO CON SALSA<br>NAPOLITANA<br>JUGO |
| PANCAKES<br>QUESO MIEL<br>JUGO               | EMPANADA DE POLLO<br>JUGO           | MICROISSANT<br>OMELETTE<br>CHOCOLATE | FLAUTA DE QUESO<br>JUGO                      | SÁNDWICH DE QUESO<br>JUGO                                   |
| SÁNDWICH DE POLLO<br>JUGO                    | HOT DOG AMERICANO<br>JUGO           | AREPA DE CARNE<br>JUGO               | PANCAKES DE QUESO<br>SEMISALADO<br>CHOCOLATE | ROLLITOS PRIMAVERA<br>MANZANA, QUESO, POLLO<br>JUGO         |
| TORTILLAS DE MAIZ<br>QUESO<br>JUGO           | HAMBURGUESA<br>JUGO                 | FLAUTA DE POLLO<br>JUGO              | AREPA DE MAIZ<br>CUAJADA<br>JUGO             | SÁNDWICH DE POLLO<br>JUGO                                   |
|                                              |                                     |                                      |                                              |                                                             |

# MENÚ ALMUERZOS MENSUAL



| LUNES                                                                                                                             | MARTES                                                                                                  | MIÉRCOLES                                                                                                                    | JUEVES                                                                                                                               | VIERNES                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CARNE EN GOULASH<br>ARROZ BLANCO<br>LENTEJA SUDADA<br>TOMATE EN RODAJAS<br>PAPA FOSFORITO<br>CREMA DE AHUYAMA<br>JUGO             | PECHUGA APANADA<br>ARROZ DE PALITO<br>ENSALADA SILVESTRE<br>MADURO ACARAMELADO<br>SOPA DE PASTA<br>JUGO | PIERNA DE CERDO EN BBQ<br>ARROZ CAMPESINO<br>FRIJOL BLANCO<br>RODAJAS DE PEPINO<br>PAPITA CRIOLLA<br>SOPA DE PLATANO<br>JUGO | MUSLOS APANADOS<br>ARROZ CON ZANAHORIA<br>CUADRITOS DE TOMATE Y<br>PEPINO EN CUBITOS<br>BASTONES DE YUCA<br>CREMA DE MAZORCA<br>JUGO | <b>MENU ITALIA</b><br>LASAGNA BOLOÑESA<br>CREMA VERDURAS<br>PAPA FOSFORITO<br>BARRA DE ENSALADAS<br>JUGO                       |
| CERDO EN SALSA<br>ARROZ AL SOL<br>PEPINO EN CUADROS<br>PAPA EN CASCOS<br>SOPA DE AVENA - ARVEJA<br>JUGO                           | PECHUGA APANADA<br>ARROZ CAMPESINO<br>ENSALADA AGRIDULCE<br>BASTONES DE YUCA<br>CREMA DE MAIZ<br>JUGO   | MACARRONES MIXTOS<br>CARNE/PECHUGA<br>ENSALADA DE REPOLLO<br>PAPA CRIOLLA<br>CREMA DE CEBOLLA<br>JUGO                        | ARROZ CON POLLO<br>BARRA DE ENSALADA<br>YUCA AL VAPOR<br>CONSOME DE POLLO<br>JUGO                                                    | <b>MENU BRASIL</b><br>FEIJOADÁ<br>CARNE CERDO, VERDURAS<br>ARROZ BLANCO<br>RODAJAS DE AGUACATE<br>MONEDITAS DE PLATANO<br>JUGO |
| AREPITAS DE CARNE<br>LENTEJAS EN SALA CRIOLLA<br>ARROZ NIEVE<br>ZANAHORIA RALLADA<br>PALITOS DE YUCA<br>SOPA DE VEGETALES<br>JUGO | PECHUGA ASADA<br>SOUFFLÉ DE VERDURAS<br>ARROZ DE TIGRE<br>PAPA CRIOLLA<br>CREMA DE PLÁTANO<br>JUGO      | CARNE EN GOULASH<br>ARROZ NIEVE<br>SOPA PASTAS<br>ENSALADA DE AGUACATE<br>BASTONES DE YUCA<br>JUGO                           | ESPAGUETI DE POLLO<br>PEPINO EN CUADRITOS<br>PAPAS FOSFORITO<br>CREMA DE AHUYAMA<br>JUGO                                             | <b>MENU CHINA</b><br>ARROZ VEGETALES, POLLO<br>RODAJAS DE TOMATE<br>TAJADAS DE PLÁTANO<br>CONSOME DE POLLO<br>JUGO             |
| ESPAGUETI CON CARNE<br>BASTONES DE ZANAHORIA<br>PAPA EN CASCOS<br>CREMA DE COLIFLOR<br>JUGO                                       | MILANESA<br>ARROZ BLANCO<br>GARBANZO<br>ZANAHORIA RALLADA<br>PALITOS DE YUCA<br>SOPAS CONCHITAS<br>JUGO | PECHUGA APANADA<br>ARROZ TIGRE<br>ARVEJA<br>ENSALADA DE LECHUGA<br>PAPA EN FOSFORITO<br>CREMA DE VERDURAS<br>JUGO            | CERDO EN SALSA<br>ARROZ DE PALITO<br>ENSALADA SILVESTRE<br>MADURO ACARAMELADO<br>SOPA DE AVENA<br>JUGO                               | <b>MENU MEXICO</b><br>TACOS DE FRIJOL CON<br>QUESO, SALSA Y<br>CARNE DESMECHADA<br>ARROZ BLANCO<br>ENSALADA<br>JUGO            |
|                                                                                                                                   |                                                                                                         |                                                                                                                              |                                                                                                                                      |                                                                                                                                |

# MENÚ LONCHERAS

## MENSUAL P.M.



| LUNES                                                | MARTES                                               | MIÉRCOLES                                              | JUEVES                                        | VIERNES                                                    |
|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| CEREAL EN HOJUELAS<br>LECHE - YOGURT<br>FRUTA PICADA | AVENA<br>GALLETICAS<br>BANANO                        | DEDITOS DE QUESO<br>JUGO<br>FRUTA PICADA               | GELATINA DE COLORES<br>GALLETA WAFER<br>FRUTA | YOGURT NATURAL<br>PONQUE<br>FRUTA PICADA                   |
| SORBETE DE FRESA<br>GALLETA RIZADA<br>QUESO EN CUBOS | YOGURT NATURAL<br>ENSALADA DE FRUTA<br>BEBIDA        | GELATINA EN CUBOS<br>FRUTAS PICADA<br>BEBIDA           | AVENA<br>PONQUE NATURAL<br>FRUTA              | FLAUTA DE POLLO<br>JUGO<br>FRUTA                           |
| CEREAL NATURAL<br>LECHE-YOGURT<br>FRUTA              | HELADO DE YOGURT<br>GALLETA WAFER<br>FRUTA           | AVENA<br>GALLETA DE LECHE<br>FRUTA                     | PARFAIT<br>ENSALADA DE FRUTA<br>GRANOLA       | GELATINA DE COLORES<br>GALLETA WAFER<br>LECHERITA<br>FRUTA |
| PONQUESITO NARANJA<br>CHOCOLATE<br>FRUTA             | SORBETE DE FRUTAS<br>TOSTADA CON MIEL<br>QUESO CREMA | WAFFLES<br>QUESO RALLADO<br>PORCION DE FRUTA<br>BEBIDA | MICROISSANT<br>JUGO NATURAL<br>FRUTA          | CEREAL HOJUELAS<br>ENSALADA DE FRUTA<br>QUESO RALLADO      |
|                                                      |                                                      |                                                        |                                               |                                                            |