



# MENÚ

## almuerzo



MARZO 2023

### MIÉRCOLES

01

- AJIACO
- POLLO DESMECHADO
- CARNE ASADA
- ARROZ BLANCO
- PATACÓN PINTON
- ENSALADA DE AGUACATE
- DE FRUTA

### JUEVES

02

- FRIJOLES
- CARNE DESMECAHADA
- PECHUGA ASAD
- ARROZ BLANCO
- AREPA O TAJADA
- ENSALADA CRIOLLA
- LIMONADA

### LUNES

06

- SOPA DE CONCHITAS
- PECHUGA GRATINADA
- RES CON VERDURAS
- ARROZ BLANCO
- MONEDITAS DE PLATANO
- ENSALADA WALDOR
- DE FRUTA

### MARTES

07

- SOPA DE MAIZ
- POLLO GRILLE
- CERDO AGRIDULCE
- ARROZ
- PAPAS AL PEREJIL
- ENSALADA DE LA CASA
- DE FRUTA
- POSTRE DE MANO

### MIÉRCOLES

08

- SOPA DE VERDURAS
- POLLO A LA CAZADORA
- FILETE DE MOJARRA
- ARROZ TIGRE
- YUCA FRITA
- ENSALADA DE HUEVO
- DE FRUTA
- FRUTA

### JUEVES

09

- LENTEJAS
- PECHUGA ASADA
- CHURRASQUITO ASADO
- ARROZ BLANCO
- PLATANO AL HORNO
- ENSALADA DE BETABEL
- DE FRUTA

### LUNES

13

- SOPA DE CARNE
- PECHUGA ASADA
- CERDO TROPICAL
- ARROZ BLANCO
- CRIOLLA AL PEREJIL
- ENSALADA CESAR
- DE FRUTA

### MARTES

14

- SOPA CAMPESINA
- SALAMI MIXTO
- PECHUGA AL HORNO
- ARROZ PRIMAVERA
- ENSALADA RUSA
- TOMATE EN RODAJA
- DE FRUTA
- FRUTA

## MIÉRCOLES

15

- SOPA DE FIDEOS
- POLLO AL HORNO
- GOULASH MIXTO
- ARROZ
- TAMBORES DE PLATANO
- VERDURA SALTEADA O ENSALADA
- DE FRUTA
- POSTRE DE FRUTAS

## JUEVES

16

- CAZUELA DE FRIJOL
- CARNE EN POLVO
- PECHUGA ASADA
- ARROZ
- AREPA O TAJADA
- ENSALADA DE AGUACATE
- LIMONADA NATURAL

## LUNES

20

FESTIVO

## MARTES

21

- SOPA DE LA CASA
- PECHUGA ASADA
- CHURRASQUITO
- ARROZ
- PATACONA PINTONA
- ENSALADA CRIOLLA
- JUGO

## MIÉRCOLES

22

- SOPA DE POLLO
- LASAGNA MIXTA
- PECHUGA
- ARROZ OPCIONAL
- PAN FRANCÉS
- ENSALADA WALDORF
- JUGO
- BOCADILLO CON QUESO

## JUEVES

23

- SANCOHITO
- POLLO EN SALSA
- CERDO ASADO
- ARROZ
- PAPA SALADA
- ENSALADA DE TOMATE Y AGUACATE
- JUGO

## LUNES

27

- SOPA DE TORREJAS
- PECHUGA ASADA
- LOMO DE CERDO AL HORNO
- ARROZ
- PLATANO HORNO CON BOCADILLO QUESO
- ENSALADA PRIMAVERA
- JUGO

## MARTES

28

- SOPA DE PASTA
- ARROZ CON POLLO
- PECHUGA OPCIONAL
- ARROZ BLANCO OPCIONAL
- PAPA CHIPS
- ENSALADA
- JUGO

## MIÉRCOLES

29

- AJIACO
- CHURRASQUITO
- PECHUGA ASADA
- ARROZ
- MAZORCA
- ENSALADA CRIOLLA
- JUGO

## JUEVES

30

- LENTEJAS
- POLLO DESMECHADO
- RES ASADA
- ARROZ
- CHIPS PLÁTANO
- GUACAMOLE
- JUGO





# MENÚ

## Lonchera



MARZO 2023

### MIÉRCOLES

01

- ▶ EMPANADAS ARGENTINAS
- ▶ SORBETE FRESA
- ▶ FRUTA

### JUEVES

02

- ▶ DEDITOS
- ▶ FRUTA
- ▶ JUGO NATURAL

### VIERNES

03

- ▶ AREPA
- ▶ ROPA VIEJA
- ▶ FRUTA
- ▶ JUGO DE FRUTA

### LUNES

06

- ▶ QUESADILLAS DE JAMÓN CON QUESO
- ▶ FRUTA
- ▶ JUGO DE FRUTA

### MARTES

07

- ▶ TAJADAS
- ▶ HUEVOS RANCHEROS
- ▶ FRUTA
- ▶ JUGO DE FRUTA

### MIÉRCOLES

08

- ▶ SÁNDWICH DE JAMÓN
- ▶ FRUTA
- ▶ JUGO DE FRUTA

### JUEVES

09

- ▶ PATACÓN DE POLLO
- ▶ FRUTA
- ▶ JUGO DE FRUTA

### VIERNES

10

- ▶ PIZZA
- ▶ JUGO DE FRUTA

### LUNES

13

- ▶ AREPA
- ▶ HUEVOS REVUELTOS
- ▶ FRUTA
- ▶ JUGO

### MARTES

14

- ▶ PASTELES DE POLLO
- ▶ FRUTA
- ▶ JUGO

## MIÉRCOLES

15

- ▶ BUÑUELOS
- ▶ AVENA
- ▶ FRUTA

## JUEVES

16

- ▶ PINCHOS DE POLLO
- ▶ PAPA SALADA
- ▶ FRUTA

## VIERNES

17

- ▶ BURRITOS DE CARNE
- ▶ FRUTA
- ▶ JUGO

## MARTES

21

- ▶ HUEVOS Y QUESO Y MAÍZ
- ▶ TAMBORES DE PLÁTANO
- ▶ FRUTA Y JUGO

## MIÉRCOLES

22

- ▶ SALCHIPAPA
- ▶ FRUTA
- ▶ JUGO

## JUEVES

23

- ▶ TORTA DE VAINILLA
- ▶ FRUTA
- ▶ LECHE

## VIERNES

24

- TORTA DE CARNE
- ▶ FRUTA
- ▶ JUGO
- ▶

## LUNES

27

- ▶ PARFAIT DE FRUTAS
- ▶ YOGURT
- ▶

## MARTES

28

- ▶ OMELETTE
- ▶ AREPA
- ▶ FRUTA
- ▶ JUGO

## MIÉRCOLES

29

- ▶ ARROZ CON LECHE
- ▶ BARQUILLO
- ▶ FRUTA

## JUEVES

30

- ▶ PAN DE YUCA
- ▶ FRUTA
- ▶ MILO

## VIERNES

31

- ▶ BURRITO DE JAMON Y QUESO
- ▶ FRUTA
- ▶ JUGO

