



Menú Almuerzo

Mes: OCTUBRE

| | 21 OCTUBRE | 22 OCTUBRE | 23 OCTUBRE | 24 OCTUBRE | 25 OCTUBRE |
|-----------------------------|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| Sopa | Consomé de pollo | Crema de Ahuyama | Consomé de Verduras | Crema de Espinaca | Consomé de carne |
| Proteína #1 | Carne Asada | Pollo Al Horno | Carne Encebollada | Pollo con Vegetales | Fajitas de Res Oriental |
| Proteína #2 | Pechuga a la Plancha | Cerdo A La Plancha | Alitas Al Horno | Lomo De Cerdo al horno | Pechuga Encebollada |
| Proteína Vegetariana | Lenteja | Albóndiga Vegetariana | Frijol Rojo | Quinoa | Arroz Con Vegetales |
| Acompañamiento #1 | Arroz Blanco | Arroz Blanco / ARROZ INTEGRAL | Arroz Blanco | Arroz Blanco | Arroz Blanco |
| Acompañamiento #2 | Plátano al Horno | Papa al vapor | Yuca al Perejil | Pure de Papa | Plátano Tentación |
| Verdura fresca | ENSALDA DE QUINUA Lechuga, zanahoria, coliflor | Lechuga-Tomate, guacamole, nachos | Espinaca, Palmitos con Arveja, tomate, Zanahoria | Aguacate, Tomate, | tomate-cohombro- maíz, Lechuga verde y morada y rúgula |
| Verdura caliente | Acelga con huevo, calabaza guisada | Verdura oriental, Brócoli al vapor | Bastones de verduras Zuquini Amarillo Salteado | Habichuela con Huevo , frijol Guisado | Mazorca con Jamón, Champiñones Salteados |
| Postre | Fruta de cosecha | Gelatina con Fruta | Cumbre de Manzana | Fruta de Cosecha | Brochetas De Fruta |

Acompañado de: Fruta de cosecha, bebidas como agua o infusiones naturales. Para preferir el consumo de fruta en su forma natural : **Entera**

**El menú puede tener ajustes
por disponibilidad de producto**