

# MENÚ

FEBRERO



almuerzo.

feliz  
regreso

LUNES 2

SOPA  
PROTEINA 1  
PROTEINA 2  
ARROZ O CEREAL  
FARINACEO  
VERDURA  
JUGO  
POSTRE O FRUTA

CREMA DE POLLO  
LOMO SALTADO  
POLLO A LA MERILAN  
ARROZ NAPOLITANO  
PAPAS CRIOLLAS  
VEGETALES DE TEMPORADA  
JUGO DE FRUTA

MARTES 3

SOPA  
PROTEINA 1  
PROTEINA 2  
ARROZ O CEREAL  
FARINACEO  
VERDURA  
JUGO  
POSTRE O FRUTA

SOPA DE CONCHITAS  
TROCITOS DE POLLO  
CERDO Y CHICHARRON  
ARROZ COLOMBIANO  
MADURO AL HORNO  
CASCOS DE TOMATE  
JUGO DE FRUTA  
BANANO

MIÉRCOLES 4

SOPA  
PROTEINA 1  
PROTEINA 2  
ARROZ O CEREAL  
FARINACEO  
VERDURA  
JUGO  
POSTRE O FRUTA

SOPA DE CUCHUCO  
LOMO DE CERDO Y FRUTAS  
POLLO FRIS NAT  
ARROZ VERDE  
PURE DE PAPA  
ENSALADA FRESCA  
JUGO DE FRUTA

JUEVES 5

SOPA  
PROTEINA 1  
PROTEINA 2  
ARROZ O CEREAL  
FARINACEO  
VERDURA  
JUGO  
POSTRE O FRUTA

SOPA DE LENTEJAS  
ROPA VIEJA  
POLLO A LA PLANCHA  
ARROZ BLANCO  
AREPA DORADA  
ENSALADA CRIOLLA  
JUGO DE FRUTA  
PATILLADA

VIERNES 6

SUGERENCIA  
del Chef

LUNES 9

SOPA  
PROTEINA 1  
PROTEINA 2  
ARROZ O CEREAL  
FARINACEO  
VERDURA  
JUGO  
POSTRE O FRUTA

SOPA DE ARRACACHA  
ALBONDIGAS DE POLLO  
ESCALOPINES DE RES  
ARROZ BLANCO  
CHIPS DE PLATANO  
ENS. ZANAHORIA Y LECHUGA  
JUGO DE FRUTA

MARTES 10

SOPA  
PROTEINA 1  
PROTEINA 2  
ARROZ O CEREAL  
FARINACEO  
VERDURA  
JUGO  
POSTRE O FRUTA

SOPA DE CONCHITAS  
NUGGETS DE POLLO  
DADITOS DE RES  
ARROZ AL CILANTRO  
PAPAS EN CASCO Y PAPRIKA  
MANGO, ESPINACA, FRESA  
JUGO DE FRUTA/AGUA  
FRUTA DE TEMPORADA

MIÉRCOLES 11

SOPA  
PROTEINA 1  
PROTEINA 2  
ARROZ O CEREAL  
FARINACEO  
VERDURA  
JUGO  
POSTRE O FRUTA

CREMA DE ZANAHORIA  
PINCHO DE POLLO  
PINCHO DE RES  
ARROZ ORIENTAL  
YUCAS DORADAS  
VEGETALES AL WOK  
JUGO DE FRUTA /AGUA

JUEVES 12

SOPA  
PROTEINA 1  
PROTEINA 2  
ARROZ O CEREAL  
FARINACEO  
VERDURA  
JUGO  
POSTRE O FRUTA

CAZUELA DE FRIJOL  
CARNE EN POLVO Y  
CHICHARRON  
ESCALOPINES DE POLLO  
ARROZ BLANCO  
TAJADAS MADURAS  
DADOS DE AGUACATE  
JUGO DE FRUTA  
PANELITAS DE LECHE

|              |  |   |  |  |  |
|--------------|--|---|--|--|--|
| VIERNES 13   | SUGERENCIA<br>del Chef   |   | LUNES 16   | SOPA<br>PROTEINA 1<br>PROTEINA 2<br>ARROZ O CEREAL<br>FARINACEO<br>VERDURA<br>JUGO<br>POSTRE O FRUTA | SOPA DE PLATANO<br>CHULETA VALLUNA<br>FILETE DE POLLO (PLANCHA)<br>ARROZ COLA DE TIGRE<br>PLATANO AL HORNO<br>ESPINACA Y FRESAS<br>JUGO DE FRUTA / AGUA                              |
| MARTES 17    | SOPA<br>PROTEINA 1<br>PROTEINA 2<br>ARROZ O CEREAL<br>FARINACEO<br>VERDURA<br>JUGO<br>POSTRE O FRUTA | SOPA DE ARROZ<br>GOULAS DE RES<br>POLLO A LA PLANCHA<br>ARROZ COLA DE TIGRE<br>YUCAS DORADAS<br>ENSALADA FRESCA<br>JUGO DE FRUTA<br>PATILLADA   | MIÉRCOLES 18   | SOPA<br>PROTEINA 1<br>PROTEINA 2<br>ARROZ O CEREAL<br>FARINACEO<br>VERDURA<br>JUGO<br>POSTRE O FRUTA | ARVEJAS ESCALFADAS<br>BABY A LA PLANCHA<br>POLLO DORADO<br>ARROZ BLANCO<br>PAPA SALADA<br>TOMATE, PEPINO,ZANAHORIA<br>JUGO DE FRUTA/AGUA   |
| JUEVES 19    | SOPA<br>PROTEINA 1<br>PROTEINA 2<br>ARROZ O CEREAL<br>FARINACEO<br>VERDURA<br>JUGO<br>POSTRE O FRUTA | SOPA DE VEGETALES<br>DADITOS DE RES EN SALSA RAGU<br>POLLO A LA CARBONARA<br>ESPAGUETTI(ARROZ OPCIONAL)<br>PAN FINAS HIERBAS<br>ENSALADA TROPICAL<br>JUGO DE FRUTA/AGUA<br>POSTRE DE CASA | VIERNES 20   | SUGERENCIA<br>del Chef   |  |
| LUNES 23     | SOPA<br>PROTEINA 1<br>PROTEINA 2<br>ARROZ O CEREAL<br>FARINACEO<br>VERDURA<br>JUGO<br>POSTRE O FRUTA | SOPA DE CUCHUCO<br>FILETE DE POLLO A LA PLANCHA<br>CARNE EN BISTEAK<br>ARROZ BLANCO<br>PAPA AL PEREJIL<br>VEGETALES FRESCOS<br>JUGO DE FRUTA/ AGUA  | MARTES 24  | SOPA<br>PROTEINA 1<br>PROTEINA 2<br>ARROZ O CEREAL<br>FARINACEO<br>VERDURA<br>JUGO<br>POSTRE O FRUTA | SOPA DE CODITOS<br>PESCADO APANADO<br>LAMINAS DE CERDO AGRIDULCE<br>ARROZ VERDE<br>CHIPS DE PLATANO<br>RODAJAS DE TOMATE Y LECHUGA<br>JUGO DE FRUTA/AGUA<br>BANANO                   |
| MIÉRCOLES 25 | SOPA<br>PROTEINA 1<br>PROTEINA 2<br>ARROZ O CEREAL<br>FARINACEO<br>VERDURA<br>JUGO<br>POSTRE O FRUTA | FRIJOLES MONTAÑEROS<br>CARNE EN POLVO CHICHARRON<br>POLLO A LA PLANCHA<br>ARROZ BLANCO<br>TAJADAS MADURAS<br>AGUACATE<br>JUGO DE FRUTA/AGUA   | JUEVES 26  | SOPA<br>PROTEINA 1<br>PROTEINA 2<br>ARROZ O CEREAL<br>FARINACEO<br>VERDURA<br>JUGO<br>POSTRE O FRUTA | SOPA DE CARNES<br>CARNE A LA PARRILLA CHORIZO<br>POLLO A LA PARRILLA CHORIZO<br>ARROZ (OPCIONAL)<br>PAPA,MADURO<br>GUACAMOLE, CHIMICHURRI<br>JUGO DE FRUTA/AGUA<br>BOCADILLO Y QUESO |
| VIERNES 27   | SUGERENCIA<br>del Chef   |   |  |  |  |