

Nuestro menú



 **Alérgenos**

DICIEMBRE

ALMUERZO COMEDOR PRESENCIAL

DÍA	SABADO	CAL	DOMINGO	CAL	LUNES	CAL	MARTES	CAL	MIÉRCOLES	CAL	JUEVES	CAL	VIERNES	CAL
FECHA	6		7		8		9		10		11		12	
BEBIDA CALIENTE EMPACADO	SOPA DE VERDURAS RV3	400	CALDO MEJORADO	268	SOPA DE MINISTRONE RV3 (gluten)	400 ●	SOPA DE POLLO	400	SOPA DE VERDURAS (presencial)	268	SOPA DE VERANO SFW	400 ●	CALDO MEJORADO	268
PROTEICO 1 EMPACADO	BISTECK A CABALLO (huevo)	401 ●	SANCOCHO DE GALLINA (gallina-costilla de res)	990	SOBREBARRIGA A LA PLANCHA	368 ●	POLLO AL HORNO (mostaza)	332 ●	CAZUELA DE LENTEJAS CARNE MOLIDA	286 ●	ALBONDIGAS EN SALSA NAPOLITA	252 ●	SANCOCHO COSTEÑO (gallina-costilla de res) #3	990 ●
PROTEICO 2 EMPACADO	FILETE DE TILAPIA EN SALSA CITRICA (pescado)	252 ●	CHULETA DE CERDO A LA PLANCHA	365	ALAS DE POLLO APANADAS (gluten, mostaza)	328 ●	LENGUA EN SALSA CRIOLLA	322 ●	CHICHARRON	380	MILANESA DE POLLO CON SALSA TARTARA (mostaza, gluten)	286 ●	PERNIL DE CERDO A LA PLANCHA	247
PROTEICO 3 opc. Presencial	CARNE / PECHUGA A LA PLANCHA	252	CARNE / PECHUGA A LA PLANCHA	252	CARNE / PECHUGA A LA PLANCHA	252	CARNE / PECHUGA A LA PLANCHA	252	CARNE / PECHUGA A LA PLANCHA	252	CARNE / PECHUGA A LA PLANCHA	252	CARNE / PECHUGA A LA PLANCHA	252
ARROZ EMPACADO	ARROZ CON AJIO Y CEBOLLA GRILLE RV3	270	ARROZ BLANCO RV3	258	ARROZ ATOMATADO	270	ARROZ BLANCO RV3	258	ARROZ BLANCO RV3	258	ARROZ CON ZANAHORIA	258	ARROZ BLANCO RV3	258
ARROZ OPCION 2 PRESENCIAL	ARROZ BLANCO RV3	258	ARROZ BLANCO RV3	258	ARROZ BLANCO RV3	258	ARROZ CON FIDEOS (gluten)	351	ARROZ BLANCO RV3	258	ARROZ BLANCO RV3	258	ARROZ BLANCO RV3	258
PRINCIPIO EMPACADO							BLANQUILLO	125	LENTEJAS (taza 16 onzas)	417				
OPCION 2 PRESENCIAL	CALABACIN - TOMATE	67	VEGETALES AL VAPOR (tomate cherry champiñones cilantro)	67	VEGETALES AL VAPOR (coliflor habichuela zanahoria)RV1	67	VEGETALES AL VAPOR (chop suey de vegetales)RV1	67	VEGETALES AL VAPOR (apio pimentón zucchini)	67	VEGETALES AL VAPOR (tomate cherry champiñones cilantro)	67	VEGETALES AL VAPOR (brocoli almendrado)RV1	67
ENERGETICO EMPACADO	YUCA CON SUERO COSTENO RV3 (leche)	180	PAPA - YUCA - AHUYAMA- GUINEO VERDE	165	PAPA CHORREADA RV3	135	CROQUETA DE YUCA CON SUERO (leche)	128 ●	TAJADAS DE PLATANO MADURO AREPA ASADA	202	PAPA CRIOLLA	80	PAPA - YUCA - AHUYAMA- GUINEO VERDE	165
ENERGETICO OPCION 2 PRESENCIAL	AHUYAMA CON QUESO MOZZARELLA	79			MONEDITAS DE PLATANO	156	ÑOQUIS	219			PASTA ESPAGUETIS A LA CRIOLLA CON QUESO	233		

ALMUERZO CHEF'S TABLE

SOPA	CALDO DE VEGETALES	268			CALDO DE VEGETALES	268	CALDO DE VEGETALES	268	CALDO DE VEGETALES	268	CALDO DE VEGETALES	268	CREMA DE TOMATE	285
PROTEINA	STEAK PIMIENTA DE CERDO (leche)	620 ●			CHOP SUEY DE POLLO CAMARONES REICES Y SESAMO SALSA TERYAKI (crustáceos, sesamo, soya)	613 ●	ARROZ CUBANO Con pollo cerdo camarones caracotas platano maduro y coco (crustáceos, mostaza)	555 ●	BROCHETAS DE LOMO FINO	662	RACK DE COSTILLA DE CERDO CON SALSA BBQ (mostaza, apio, gluten, soya)	786 ●	PASTA FUSILLI EN SALSA MARINERA (crustáceos, moluscos, gluten)	682 ●
ENERGETICO	ARROZ INTEGRAL CON VEGETALES MIX	165			ARROZ FLORENTINO (con cebollin y espinaca)	135 ●	CHIPS DE PLATANO VERDE RV3	126	BOLLO DE MAZORCA	213	ENSALADA RUSA CON HUEVO (mostaza, huevo)	145	PANECILLOS DE AJIO (gluten, huevo, leche)	145

ENSALADA - POSTRES Y BEBIDAS

ENSALADA EMPACADO	#9. BROCOLI COLIFLOR ESPINACAS, TOMATE	45	#1. LECHUGA, TOMATE, PEPINO, ZANAHORIA	45	#18. ESPINACAS, TOMATES ROJOS, LECHUGA BATAVIA, QUESO PARMESANO	45	#22 LECHUGA TOMATE CEBOLLA + ENCURTIDO DEL DIA	45	#17 PORCION DE AGUACATE#3 LECHUGA TOMATE AGUACATE CILANTRO ENCURTIDO DEL DIA	128	#30. LECHUGA PEPINO T.CHERRY ACEITUNAS QUESO	45	#6. CALABACIN, ZANAHORIA, HABICHUELAS, TOMATE	45
ENSALADA OPCIONAL	TOMATE Y CEBOLLA ROJA	45	TOMATE Y CEBOLLA ROJA	45	TOMATE Y CEBOLLA ROJA	45	TOMATE Y CEBOLLA ROJA	45	TOMATE Y CEBOLLA ROJA	45	TOMATE Y CEBOLLA ROJA	45	TOMATE Y CEBOLLA ROJA	45
FRUTA EMPACADO	BANANO	135	PATILLA	45	PAPAYA	53	PATILLA	45	PAPAYA	45	MELON	53	PIÑA	78
POSTRE PRESENCIAL	MOUSSE DE CHOCOLATE (leche)	175 ●	GALLETAS POLVORASA (gluten, huevo, leche)	175 ●	BICICLETA DE CANELA (gluten, huevo, leche)	175 ●	ARROZ CON LECHE (leche)	175 ●	MANTECADA (gluten, huevo, leche)	175 ●	PASTEL GLORIA (gluten, huevo, leche)	175 ●	GALLETAS DE AVENA (gluten, huevo, leche)	175 ●
POSTRE EMPACADO	TORTA MARMOL (gluten, huevo, leche)	175 ●	GALLETAS MUJ VAINILLA (leche, mani, soya, gluten, huevo, nueces)	175 ●	LECHE ASADA (huevo, leche)	175 ●	GALLETAS POLVORASA (gluten, huevo, leche)	175 ●	PALETA FRUSLY COCO LIMONADA (leche, mani, soya, gluten, huevo, nueces)	175 ●	MOUSSE DE GUANABANA (leche)	175 ●	GELATINA	175 ●
BEBIDA	LULO	290	LIMONADA	290	MARACUYA CON HIERBABUENA	290	CHICHA DE ARROZ	290	AGUA DE PANELA	290	ZANAHORIA	290	LIMONADA	290
BEBIDA SIN AZUCAR	FRESA	180	SANDIA	180	GUANABANA	180	MELON	180	MANZANA	180	SANDIA	180	GUAYABA	180
BEBIDA LACTEA	LECHE SEMIDESCREMADA	198 ●	LECHE SEMIDESCREMADA	198 ●	LECHE SEMIDESCREMADA	198 ●	LECHE SEMIDESCREMADA	198 ●	LECHE SEMIDESCREMADA	198 ●	LECHE SEMIDESCREMADA	198 ●	LECHE SEMIDESCREMADA	198 ●
BEBIDA	BEBIDA GASEOSA	145	BEBIDA GASEOSA	145	BEBIDA GASEOSA	145	BEBIDA GASEOSA	145	BEBIDA GASEOSA	145	BEBIDA GASEOSA	145	BEBIDA GASEOSA	145
MENU DEL DIA APORTE DE CALORIAS	2491		2044		2407		2463		2792		2182		2859	
APORTE MENU GOURMET	1931		788		1812		1737		2014		1995		1933	

Nuestro menú



 **Alérgenos**

DICIEMBRE

CENA COMEDOR PRESENCIAL

DÍA	SABADO	CAL	DOMINGO	CAL	LUNES	CAL	MARTES	CAL	MIÉRCOLES	CAL	JUEVES	CAL	VIERNES	CAL
FECHA	6		7		8		9		10		11		12	
BEBIDA CALIENTE EMPACADO	COLADA DE AVENA (leche) PAN BOL (gluten, huevo, leche)	428 ●	SOPA CON LENTEJAS	400 ●	PETO (con queso)	596 ●	ARROZ CON LECHE (leche)	454 ●	SOPA DE POLLO CON VERDURAS RV3	400 ●	MAZAMORRA DE PLATANO (leche)	555 ●	SOPA DE VERDURAS (gluten)	555 ●
PROTEICO 1 EMPACADO	FESTIVAL DE PATACON PRESENCIAL / HUEVO QUESO CHORIZO (huevo, leche, gluten, soya) SALPICÓN DE ATÚN (pescado)	198 ●	ARROZ CON POLLO (mostaza)	540 ●	MUCHACHO RELLENO CON VERDURAS	286	SOBREBARRIGA A LA PLANCHA	368	PECHUGA A LA PLANCHA CON PICO DE GALLO (mostaza)	219 ●	CHULETA DE CERDO A LA PLANCHA	365	BURRITO DE CERDO (gluten, huevo, leche)	454 ●
PROTEICO 2 EMPACADO	SALPICÓN DE ATÚN (pescado) CARNE DESMECHADA CON HUEVO (huevo) EMPACADO	286 ●	PERNIL DE CERDO A LA PLANCHA	247	CORDON BLUE (leche, gluten, soya)	290 ●	PERRO CALIENTE (huevo, gluten, leche, soya, apio, sulfitos)	484 ●	FILETE DE TILAPIA A LA PLANCHA (pescado) CON SALSA TARTARA	252 ●	FAJITAS DE CARNE A LA PLANCHA (tomate cebolla cebollín en julianas)	286 ●	SUPREMA DE POLLO (mostaza) EN SALSA DE CURRY	219 ●
PROTEICO 3 opc. Presencial	CARNE / PECHUGA A LA PLANCHA	252	CARNE / PECHUGA A LA PLANCHA	252	CARNE / PECHUGA A LA PLANCHA	252	CARNE / PECHUGA A LA PLANCHA	252	CARNE / PECHUGA A LA PLANCHA	252	CARNE / PECHUGA A LA PLANCHA	252	CARNE / PECHUGA A LA PLANCHA	252
ARROZ EMPACADO	ARROZ BLANCO RV3	258	ARROZ BLANCO (caja x área)		ARROZ BLANCO RV3	258	ARROZ CON VERDURA	327	ARROZ BLANCO RV3	258	ARROZ CON FRÍJOL CABECITA NEGRA RV3	380	ARROZ CON PIMENTÓN Y CEBOLLÍN RV3	270
ARROZ OPCION 2 PRESENCIAL	ARROZ ATOMATADO RV3	270	ARROZ BLANCO RV3	258	ARROZ CON CEBOLLÍN RV3	270	ARROZ BLANCO RV3	258	ARROZ CON AJO Y CEBOLLA GRILLE RV3	270	ARROZ BLANCO RV3	258 ●	ARROZ BLANCO RV3	258
PRINCIPIO EMPACADO					LENTEJA	120			BLANQUILLO	125				
OPCION 2 PRESENCIAL	VEGETALES AL VAPOR (brocoli almendrado) RV1		WOK DE VEGETALES RV3 (calabacín, habichuelas, cebolla, pimentón)		VEGETALES AL VAPOR (calabacín con tomate) RV1	67	VEGETALES AL VAPOR (zanahoria vichy con cilantro)	67	VEGETALES AL VAPOR (quiche brocoli pimentón) RV1	67	VEGETALES AL VAPOR (coliflor habichuela zanahoria) RV1	67	VEGETALES AL VAPOR (chop suey de vegetales) RV1	67
ENERGETICO EMPACADO	PATACON DE BANANO RV3	235	PAPA A LA FRANCESA	197	AHIYAMA CON QUESO MOZZARELLA	69 ●	CHIPS DE PAPA	163	MOTE DE GUINEO	249 ●	YUCA CON SUERO COSTENO RV3 (leche)	180 ●	CASCOS DE PAPA	125
ENERGETICO OPCION 2 PRESENCIAL	MOGOLLA BLANCA/PAN BOLA X 30 GR.	135 ●	YUCA CON SUERO COSTENO RV3 (leche)	180 ●	TORTA DE VEGETALES	145	BOLLO LIMPIO	198	PAPA EN MANTEQUILLA DE AJO Y ROMERO	90	TORTA DE MAIZ Y QUESO	234	TOTOPOS / NACHOS DE MAIZ	105

CENA CHEF'S TABLE

SOPA	CALDO DE VEGETALES	268			CALDO DE VERDURAS	268	CALDO DE VERDURAS	268	CALDO DE VEGETALES	268	CALDO DE VERDURAS	268	CALDO DE VEGETALES	268
PROTEINA	PASTA SPAGUETTI CON SALSA BOLONESA SALSA ALFREDO (gluten, huevo, leche)	758 ●			STEAK DE LOMO FINO A LA PIMIENTA	630	STROGANOFF DE POLLO CON CHAMPINONES Y CEBOLLITA BLANCA (leche, mostaza)	526 ●	ARROZ CON CAMARONES (crustáceos)	634 ●	POLLO ARANA AL CARBON CON SALSA DE AJO (mostaza)	664 ●	LASAÑA MIXTA DE POLLO CARNE TOCINETA Y CHAMPINONES (gluten, leche, huevo, mostaza, sulfitos)	694 ●
ENERGETICO	PAN BAGUETTE CON AJO (gluten, huevo, leche)	145 ●			ARROZ CON VEGETALES MIX	165	PURE DE PAPA GRATINADO (leche)	167 ●	PATACON	206	PAPA EN MANTEQUILLA DE PEREJIL	90	PAN AJO PR. (gluten, huevo, leche)	145 ●

ENSALADA - POSTRES Y BEBIDAS

ENSALADA PRESENCIAL	#1. LECHUGA, TOMATE, PEPINO, ZANAHORIA	45	#19. BROCOLI, COLIFLOR, ZANAHORIA, BERENJENA	45	#12. LECHUGA, MELÓN, TOMATE, ADEREZO (YOGURT)	45	#14. HABICHUELAS, ACEITUNAS, TOMATE, CILANTRO	45	#18. ESPINACAS, TOMATES ROJOS, LECHUGA BATAVIA, QUESO PARMESANO.	45	#21. ENSALADA CESAR	45	#11. LECHUGA, MAIZ, TOMATE, AGUACATE	45 ●
ENS. FRUTA EMPACADO	PAPAYA / BANANO	188	MELÓN / PERA	128	PIÑA / MANZANA ROJA	167	MELÓN / MANZANA VERDE	128	PATILLA / PERA	128	PATILLA / MANZANA VERDE	128	PAPAYA / MANZANA ROJA	142
POSTRE PRESENCIAL	GALLETAS MARMOL (gluten, huevo, leche)	175 ●	CHEESE CAKE (gluten, huevo, leche)	175 ●	MOUSSE S/S DE MORA (leche)	175 ●	NAPOLEON (leche, sulfitos, soya, huevo, gluten)	175 ●	TORTA DE ZANAHORIA (gluten, huevo, leche)	175 ●	FLAN DE CARAMELO (leche, huevo)	175 ●	BICICLETA DE CANELA (gluten, huevo, leche)	175 ●
POSTRE EMPACADO	ARROZ CON LECHE (leche)	175 ●	GALLETAS MUU VAINILLA (leche, mani, soya, gluten, huevo, nueces)	175	MANTECADA (gluten, huevo, leche)	175 ●	GALLETAS CUCA (gluten, huevo, leche)	175 ●	PALETA FRUSLY COCO LIMONADA (leche, mani, soya, gluten, huevo, nueces)	175 ●	CREPES DE FRUTAS (gluten, huevo, leche)	175 ●	GELATINA	175 ●
BEBIDA EMPACADO	ZANAHORIA	290	GUAYABA	290	DURAZNO	290	UVA	290	PIÑA	290	CHICHA DE ARROZ	290	MANGO	290
BEBIDA SIN AZUCAR	PERA	180	UVA	180	MANZANA	180	ZANAHORIA	180	FRESA	180	DURAZNO	180	SANDIA	180
BEBIDA LACTEA	LECHE SEMIDESCREMADA	198 ●	LECHE SEMIDESCREMADA	198 ●	LECHE SEMIDESCREMADA	198 ●	LECHE SEMIDESCREMADA	198 ●	LECHE SEMIDESCREMADA	198 ●	LECHE SEMIDESCREMADA	198 ●	LECHE SEMIDESCREMADA	198 ●
BEBIDA	BEBIDA GASEOSA	145	BEBIDA GASEOSA	145	BEBIDA GASEOSA	145	BEBIDA GASEOSA	145	BEBIDA GASEOSA	145	BEBIDA GASEOSA	145	BEBIDA GASEOSA	145
MENU DEL DIA APORTE DE CALORIAS	1973		1633		2540		2637		1931		2626		2423	
APORTE MENU GOURMET	2057		726		1928		1787		1934		1848		1947	

Nuestro menú



 **Alérgenos**

DICIEMBRE

ALMUERZO DIETA EMPACADO

DIA	SABADO	CAL	DOMINGO	CAL	LUNES	CAL	MARTES	CAL	MIERCOLES	CAL	JUEVES	CAL	VIERNES	CAL
FECHA	6		7		1		2		3		4		12	
FRUTA	BANANO	135	PATILLA	45	PAPAYA	53	PATILLA	45	PAPAYA	45	MELON	53	PIÑA	78
SOPA DIETA	CALDO DE VEGETALES	268	CALDO DE VEGETALES	268	CALDO DE VEGETALES	268	CALDO DE VEGETALES	268	CALDO DE VERDURAS	268	CALDO DE VEGETALES	268	CREMA DE TOMATE	285
PROTEICO DIETA	PAPILLOTE DE PESCADO CON VEGETALES (pescado)	518	PECHUGA A LA PLANCHA (mostaza) DORADA CON AJO CON CHIMCHURRI	438	CARNE ENCEBOLLADA	572	POLLO AL HORNO (mostaza)	664	PERNIL DE CERDO A LA PLANCHA	494	SUPREMAS DE POLLO RELLENAS DE ESPINACAS Y QUESO (leche, mostaza)	572	CARNE ENCEBOLLADA	572
ENERGETICO DIETA	YUCA AL VAPOR	120	PURE DE PAPA	67	VEGETALES AL VAPOR (coliflor habichuela zanahoria)RV1	67	VEGETALES AL VAPOR (chop suey de vegetales)RV1	137	AREPA ASADA	198	PURE DE PAPA	167	PLATANO AMARILLO COCIDO	122
ENSALADA	#9. BROCOLI, COLIFLOR, ESPINACAS, TOMATE	45	#1. LECHUGA, TOMATE, PEPINO, ZANAHORIA	45	#18. ESPINACAS, TOMATES ROJOS, LECHUGA BATAVIA, QUESO PARMESANO	45	#22. LECHUGA TOMATE CEBOLLA + ENCURTIDO DEL DIA	45	#17. PORCION DE AGUACATE #3 LECHUGA TOMATE AGUACATE CILANTRO ENCURTIDO DEL DIA	128	#30. LECHUGA PEPINO T. CHERRY ACETUNAS QUESO	45	#6. CALABACIN, ZANAHORIA, HABICHUELAS, TOMATE	45
BEBIDA SIN AZUCAR	FRESA	180	SANDIA	180	GUANABANA	180	MELON	180	MANZANA	180	ZANAHORIA	180	GUAYABA	180
POSTRE	MOUSSE DE CHOCOLATE (leche)	175	GALLETAS POLVORASAS (gluten, huevo, leche)	175	BICICLETA DE CANELA (gluten, huevo, leche)	175	ARROZ CON LECHE (leche)	175	MANTECADA (gluten, huevo, leche)	175	PASTEL GLORIA (gluten, huevo, leche)	175	GALLETAS DE AVENA (gluten, huevo, leche)	175
BEBIDA LACTEA	LECHE SEMIDESCREMADA	198	LECHE SEMIDESCREMADA	198	LECHE SEMIDESCREMADA	198	LECHE SEMIDESCREMADA	198	LECHE SEMIDESCREMADA	198	LECHE SEMIDESCREMADA	198	LECHE SEMIDESCREMADA	198
BEBIDA	BEBIDA GASEOSA	0	BEBIDA GASEOSA	0	BEBIDA GASEOSA	0	BEBIDA GASEOSA	0	BEBIDA GASEOSA	0	BEBIDA GASEOSA	0	BEBIDA GASEOSA	0
APORTE DE CALORIAS ESTIMADAS		1639		1416		1558		1712		1686		1658		1655

CENA DIETA EMPACADO

DIA	SABADO	CAL	DOMINGO	CAL	LUNES	CAL	MARTES	CAL	MIERCOLES	CAL	JUEVES	CAL	JUEVES	CAL
FECHA	6		7		1		2		3		4		12	
ENSALADA Y FRUTA	PAPAYA / BANANO	188	MELON / PERA	128	PIÑA / MANZANA ROJA	167	MELON / MANZANA VERDE	128	PATILLA / PERA	128	PAPAYA / MANZANA ROJA	142	PATILLA / MANZANA VERDE	128
SOPA DIETA	CALDO DE VEGETALES	268	CALDO DE VERDURAS	268	CALDO DE VEGETALES	268	SOPA DE MENUDENCIAS	400	CALDO DE VEGETALES	268	CALDO DE VEGETALES	400	CALDO DE VEGETALES	268
PROTEICO DIETA	SALPICON DE ATUN (pescado) (verduras crocantes)	396	PERNIL DE CERDO A LA PLANCHA	494	SUPREMAS DE POLLO RELLENAS DE ESPINACAS Y QUESO (leche, mostaza)	457	CARNE ENCEBOLLADA	572	CHOP SUEY DE POLLO CON RAICES Y SESAMO (soya, mostaza, sésamo)	457	PERNIL DE CERDO A LA PLANCHA	494	SUPREMA DE POLLO (mostaza) EN SALSA DE CURRY	438
ENERGETICO DIETA	PURE DE GUINEO RV3	246	WOK DE VEGETALES RV3 (calabacin, habichuela, cebolla, pimenton)	67	AHIJAMA CON QUESO MOZZARELLA (leche)	69	PAPA AL VAPOR	90	ARROZ CON AJO Y CEBOLLA GRILLE RV3	270	YUCA AL VAPOR	120	VEGETALES AL VAPOR (chop suey de vegetales)RV1	147
BEBIDA SIN AZUCAR	PERA	180	UVA	180	MANZANA	180	ZANAHORIA	180	FRESA	180	SANDIA	180	GUAYABA	180
POSTRE	GALLETAS MARMOL (gluten, huevo, leche)	175	CHEESE CAKE (gluten, huevo, leche)	175	MOUSSE S/SA DE MORA (leche)	175	NAPOLEON (leche, sulfitos, soya, huevo, gluten)	175	TORTA DE ZANAHORIA (gluten, huevo, leche)	175	FLAN DE CARAMELO (leche, huevo)	175	GALLETAS DE AVENA (gluten, huevo, leche)	175
BEBIDA LACTEA	LECHE SEMIDESCREMADA	198	LECHE SEMIDESCREMADA	198	LECHE SEMIDESCREMADA	198	LECHE SEMIDESCREMADA	198	LECHE SEMIDESCREMADA	198	LECHE SEMIDESCREMADA	198	LECHE SEMIDESCREMADA	198
BEBIDA	BEBIDA GASEOSA	0	BEBIDA GASEOSA	0	BEBIDA GASEOSA	0	BEBIDA GASEOSA	0	BEBIDA GASEOSA	0	BEBIDA GASEOSA	0	BEBIDA GASEOSA	0
APORTE DE CALORIAS ESTIMADAS		1651		1510		1514		1743		1676		1709		1534

Nuestro menú



 **Alérgenos**

DICIEMBRE

COMIDA VIAJERA

DIA		SABADO		DOMINGO		LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
FECHA		6		7		8		9		10		11		12	
SNACK AM		PREPARACIONES		PREPARACIONES		PREPARACIONES		PREPARACIONES		PREPARACIONES		PREPARACIONES		PREPARACIONES	
FRUTA		MZ. ROJA Y VERDE - PERA - MANDARINA		MZ. ROJA Y VERDE - PERA - MANDARINA		MZ. ROJA Y VERDE - PERA - MANDARINA		MZ. ROJA Y VERDE - PERA - MANDARINA		UVA		BANANO - MZ. ROJA Y VERDE		MZ. ROJA Y VERDE - PERA - MANDARINA	
Opcion 1		BEBIDA CALIENTE		CALDO DE HUEVO (huevo) CON AREPA ASADA		CALDO DE COSTILLA CON AREPA ASADA		CALDO DE HUEVO (huevo) CON AREPA ASADA		CALDO DE POLLO CON AREPA ASADA		CALDO DE HUEVO (huevo) CON AREPA ASADA		CALDO DE COSTILLA CON AREPA ASADA	
Opcion 2		SANDWICH		SANDWICH INTEGRAL (gluten, leche, huevo)		SANDWICH INTEGRAL (gluten, leche, huevo)		SANDWICH INTEGRAL (gluten, leche, huevo)		SANDWICH INTEGRAL (gluten, leche, huevo)		SANDWICH INTEGRAL (gluten, leche, huevo)		SANDWICH INTEGRAL (gluten, leche, huevo)	
Opcion 3		PROTEICO 1		PASTEL DE CERDO		AREPA DE HUEVO (huevo)		PANZEROTTI DE JAMON Y QUESO (gluten, leche, soya)		QUESO CRIOLLO X 100gr (leche)		PAN DE YUCA (leche, huevo)		HALLACA DE POLLO	
Pan Acompañante		ENERGETICO		PAN DE AVENA (gluten, huevo, leche)		PAN DE OREGANO (gluten, huevo, leche)		PAN DE MAIZ (gluten, huevo, leche)		PAN DE MAIZ (gluten, huevo, leche)		PAN DE MANTEQUILLA (gluten, huevo, leche)			
Opcion 4		PROTEICO 2		QUESO CRIOLLO X 100gr (leche)		CLUB SANDWICH DE JAMON Y QUESO (gluten, huevo, leche, soya)		CHICHARRONADA		CARNE EN BISTECK		1 HUEVO 2 SALCHICHAS RANCHERAS (huevo, gluten, soya, soufflés)		HIGADO ENCEBOLLADO	
		ENERGETICO		AREPUELA CON ANIS				BOLLO LIMPIO		YUCA AL VAPOR		AREPA DE QUESO		BOLLO LIMPIO	

COMIDA VIAJERA SALUDABLE

FRUTA		ENSALADA DE FRUTA		ENSALADA DE FRUTA		ENSALADA DE FRUTA		ENSALADA DE FRUTA		ENSALADA DE FRUTA		ENSALADA DE FRUTA		ENSALADA DE FRUTA	
Opcion 5		PROTEICO 1		FILETE DE PESCADO TILAPIA (pescado) CON SALSA CRIOLLA		2 HUEVO COCIDO (huevo)		OMELETTE DE ESPINACAS Y QUESO (huevo, leche)		FAJITAS DE CARNE A LA PLANCHA CON VEGETALES		SANDWICH INTEGRAL CUBANO HUEVO JAMON DE PAVO QUESO FINESSE PEPINILLOS (gluten, huevo, leche, soya)		PANCAKE CON JAMON PIETRAN Y QUESO FINESSE SOBRE DE MIEL (gluten, leche, huevo, soya)	
		ENERGETICO		MOTE DE GUINEO		AREPA MOMPOSINA (queso)		MINI CROISSANT (gluten, leche, huevo)		PLATANO AL HORNO					

COMIDA VIAJERA P.M.

DIA		SABADO		DOMINGO		LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
FECHA		6		7		8		9		10		11		12	
SNACK PM		PREPARACIONES		PREPARACIONES		PREPARACIONES		PREPARACIONES		PREPARACIONES		PREPARACIONES		PREPARACIONES	
FRUTA		MZ. ROJA Y VERDE - PERA - MANDARINA		MZ. ROJA Y VERDE - PERA - MANDARINA		MZ. ROJA Y VERDE - PERA - MANDARINA		MZ. ROJA Y VERDE - PERA - MANDARINA		UVA		BANANO - MZ. ROJA Y VERDE		MZ. ROJA Y VERDE - PERA - MANDARINA	
Opcion 1		PROTEICO		PAN DE BONO (leche, soufflés)		PANDE ESPINACAS CON QUESO (gluten, huevo, leche)		PANOCHA HAWAIANA (gluten, huevo, leche, soufflés)		PAN DE JAMON Y QUESO (gluten, huevo, leche, soya)		SANDWICH ROAST BEEF (carne de res, lechuga crespas tomate)(gluten, leche, huevo)		BUÑUELOS DE MAIZ NAVIDEÑO COLMAIZ (leche, huevo)	
		ENERGETICO													
Opcion 2		PROTEICO		CHORIPAPA (gluten, soya)		LOMOS DE ATUN (pescado)		QUESO CRIOLLO X 100gr (leche)		PINCHOS DE POLLO (mostaza)		CHULETA DE CERDO A LA PLANCHA		PICADA DE CHORIZO (gluten, soya)	
		ENERGETICO		GALLETA SALTIN (gluten, leche, soya, huevo)		BUÑUELO DE MAIZ		PAPA CRIOLLA		YUCA AL VAPOR		BOLLO CON QUESO (leche)		ENYUCADO	

COMIDA VIAJERA SALUDABLE

FRUTA		ENSALADA DE FRUTA		ENSALADA DE FRUTA		ENSALADA DE FRUTA		ENSALADA DE FRUTA		ENSALADA DE FRUTA		ENSALADA DE FRUTA		ENSALADA DE FRUTA	
Opcion 3		PROTEICO 1		WRAP DE ATUN (pescado, gluten, huevo, leche)		CANELONES DE ESPINACA QUESO Y CHAMPIÑONES (gluten, huevo, leche)		SANDWICH INTEGRAL CON QUESO BAJO EN GRASA (lechuga crespas tomate)		POLLO AL BARRIL (mostaza)		QUESADILLAS DE QUESO ESPINACA CHAMPIÑONES (gluten, huevo, leche)		AREPA RELLENA CON QUESO FINESSE (leche)	
		ENERGETICO								PAPA CRIOLLA					

