



Nuestro menú



Alérgenos

MARZO

ALMUERZO COMEDOR PRESENCIAL

DIA FECHA	SABADO 14	CAL	DOMINGO 15	CAL	LUNES 16	CAL	MARTES 17	CAL	MIERCOLES 18	CAL	JUEVES 19	CAL	VIERNES 20	CAL
BEBIDA CALIENTE EMPACADO	SANCOCHITO	400	CALDO MEJORADO (presencial)	268	SOPA DE ARVEJAS CON HUESO	400	SOPA CAMPESINA	400	CALDO MEJORADO / CLARO DE MAIZ	268	SOPA DE PASTA (gluten)	400	SOPA DE VERDURAS CON HUESO	400
PROTEICO 1	MONDONGO GUISADO (con pata de res) TAZA 16 ONZ	250	TAMAL TOLIMENSE #2	1430	POLLO BROASTER TOPPING: MIEL (gluten, huevo, mostaza)	410	ARROZ CON CERDO TIPO LECHONA	507	BANDEJA PAISA	276	SUPREMA DE POLLO EN SALSA DE CHAMPRONES (mostaza, leche)	276	FILETE DE TILAPIA A LA PLANCHA (pescado)	252
PROTEICO 2	PECHUGA A LA PLANCHA (mostaza) CON PICO DE GALLO	219	TAMAL TOLIMENSE #2		CARNE DESMECHADA	286	PECHUGA A LA PLANCHA CON CHIMICHURRI (mostaza)	286	(came - chicharron- huevo- chorizo - aguacate)	533	COLA/RABO DE RES A LA CRIOLLA	330	GOULSH DE RES	286
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	258	ARROZ BLANCO (caja x área)		ARROZ BLANCO	258	ARROZ BLANCO (caja x área)	326	ARROZ BLANCO	258	ARROZ CON FRUJOL CABEZA NEGRA	380	ARROZ BLANCO	258
ARROZ OPCION 2 PRESENCIAL	ARROZ CON ZANAHORIA	284	ARROZ BLANCO	258	ARROZ CON FIDEOS	351	ARROZ BLANCO	258	ARROZ BLANCO	258	ARROZ BLANCO	258	ARROZ CON PIMENTON	270
PRINCIPIO EMPACADO	ARVEJAS	135			CARAOTAS				FRUJOL ROJO	158				
OPCION 2 PRESENCIAL	TOMATE CHERRY CHAMPRIONES Y CILANTRO	45	APIO PIMENTON Y MAIZ	45	HABICHUELAS CON ZANAHORIA	45	VEGETALES AL VAPOR (coliflor - broccoli)RV1	45	VEGETALES AL VAPOR (zanahoria vchy con cilantro)	45	BERENJENAS A LA PLANCHA (sal, pimienta, alioli)	45	VEGETALES AL VAPOR (habichuela con ajonjolí)RV1	45
ENERGETICO EMPACADO	PAPA SOUTE	90	INSULSO AREPA ASADA	0	PAPA AL PEREJIL	90	INSULSO AREPA ASADA	0	TAJADA AMARILLA AREPA ASADA	202	YUCA CON SUERO (leche)	190	CAYEYE (tomate, cebolla)	246
ENERGETICO OPCION 2 PRESENCIAL	CROQUETAS DE YUCA	128	INSULSO AREPA ASADA	0	PLATANO AL HORNO	126	INSULSO AREPA ASADA	0	TAJADA AMARILLA AREPA ASADA	202	BOLLO DE QUESO (leche)	198	TORTA DE VEGETALES	145
SOPA	CALDO DE VEGETALES	268			CALDO DE VEGETALES	268	CREMA DE TOMATE	285			CALDO CAMPESINO	268	CALDO DE VEGETALES	285
PROTEINA	CHOP SUEY DE VEGETALES CON CERDO CAMARONES RAICES Y SESAMO (crustáceos, sesamo, soya)	640			PASTA PENNE EN SALSA MARINERA (gluten, huevo, leche, crustáceos, moluscos)	630	LOMO SALTADO PERUANO	664	BANDEJA PAISA		FILETTE DE SALMON EN SALSA TERIYAKI (pescado, soya, gluten)	565	RACK DE COSTILLA DE CERDO CON SALSA BBQ (mostaza, apio, gluten, soya)	786
ENERGETICO	ARROZ CON PEREJIL	135			PAN AJO PR. (gluten, huevo, leche)	145	PURE DE PAPA GRATINADO (leche)	167			PASTA FETTUCINE+ettuccine (gluten, huevo)	233	ARROZ INTEGRAL CON VEGETALES MIX	165
ENSALADA - POSTRES Y BEBIDAS														
FRUTA EMPACADO	BANANO	135	PATILLA	45	PIÑA	53	PATILLA	45	PAPAYA	45	MELON	53	PIÑA	78
ENSALADA OPCIONAL	50 UN. TOMATE Y CEBOLLA ROJA	75	50 UN. TOMATE Y CEBOLLA ROJA	75	0 UN. TOMATE Y CEBOLLA ROJA	0	50 UN. TOMATE Y CEBOLLA ROJA	75	0 UN. TOMATE Y CEBOLLA ROJA	0	50 UN. TOMATE Y CEBOLLA ROJA	75	50 UN. TOMATE Y CEBOLLA ROJA	75
ENSALADA EMPACADO	#1. LECHUGA, TOMATE, PEPINO, ZANAHORIA	45	#18 ESPINACAS TOMATES ROJOS LECHUGA BATAVIA	45	#4. REMOLACHA, ZANAHORIA, TOMATE, CILANTRO	64	ARVEJAS HABICHUELAS ZANAHORIA PEPINO BRONISE	145	#17 PORCION DE AGUACATE#3 LECHUGA TOMATE ZUCCHINI CILANTRO ENCURTIDO	128	- ESPINACA, TOMATE, PEPINO, ZANAHORIA	45	#2. LECHUGA, TOMATE, MAIZ, ARVEJAS	45
POSTRE PRESENCIAL	PASTELITO DE GLORIA (gluten, huevo, leche)	175	MANTECADA (gluten, huevo, leche)	175	GELATINA FESTIVAL (leche)	175	FLAN DE LECHE (leche)	175	TORTA M.* LUISA (gluten, huevo, leche)	175	GALLETAS POLVOROSAS (gluten, huevo, leche)	175	NATILLA (gluten, huevo, leche, soya, sulfitos)	175
POSTRE EMPACADO	ESPONJADO DE GUANABANA (leche)	175	PALETA FRUSLY LIMON Y FRESA	175	TORTA DE BANANO (gluten, huevo, leche)	175	GALLETAS CUCA (gluten, huevo, leche)	175	GALLETAS NUCITA	175	NAPOLEON (leche, sulfitos, soya, huevo, gluten)	175	TORTA DE DE ZANAHORIA (gluten, huevo, leche)	175
BEBIDA	GUAYABA	290	LIMONADA	290	PIÑA	290	CHICHA DE ARROZ	290	AGUA DE PANELA	290	ZANAHORIA CON NARANJA	290	LULO	290
BEBIDA SIN AZUCAR	PERA	180	GUANABANA	180	GUAYABA	180	MANGO	180	MANZANA	180	FRESA	180	GUANABANA	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		2340		2596		2369		2517		2400		2472		2373
APORTE MENU GOURMET		1921		788		1858		2004		871		1862		2057

Nuestro menú



Alérgenos

MARZO

CENA COMEDOR PRESENCIAL

DIA	SABADO	CAL	DOMINGO	CAL	LUNES	CAL	MARTES	CAL	MIERCOLES	CAL	JUEVES	CAL	VIERNES	CAL
FECHA	14		15		16		17		18		19		20	
BEBIDA CALIENTE EMPACADO	SOPA DE VERDURAS	400 ●	MAZAMORRA DE PLATANO (leche)	555 ●	SOPA DE LENTEJAS	400	PETO DULCE CALIENTE/CON QUESO (leche)	596 ●	SOPA DE POLLO	400	ARROZ CON LECHE (leche)	454 ●	MAZAMORRA DE PLATANO (leche)	555 ●
PROTEICO 1	SOBREBARRIGA A LA PLANCHA	368	PERNIL DE CERDO A LA PLANCHA CON CHIMICHURRI	293	ARROZ FRITO ESPECIAL CON POLLO CHORIZO TOCINETA O JAMON VEGETALES (mostaza, gluten, soya)	510 ●	FILETE DE TILAPIA A LA CRIOLLA (pescado)	252 ●	COSTILLA DE CERDO CON SALSA BBQ (mostaza, apio, gluten, soya)	393 ●	POLLO GUISADO EN SALSA CRIOLLA (mostaza)	310 ●	SDA PRESENCIAL FESTIVAL DE PATACON CON HUEVO SALCHICHA QUESO (huevo, leche, gluten, soya, suifto) SALPICON DE ATUN (pescado)	252 ●
PROTEICO 2	PERRO CALIENTE (huevo, gluten, leche, soya, apio, suifto)	484 ●	SUPREMA DE POLLO RELLENA DE QUESO Y ESPINACA (mostaza, leche)	286 ●	CHULETA A LA PLANCHA CON CHIMICHURRI	286 ●	POSTA EN SALSA CRIOLLA	286	BURRITO DE POLLO (gluten, huevo, suifto, mostaza)	454 ●	CARNE MOLIDA CON PAPA	484	SDA EMPACADO SALPICON DE ATUN (pescado)CARNE DESMECHADA CON HUEVO (huevo)	286 ●
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	ARROZ CON CEBOLLIN	270
ARROZ EMPACADO	ARROZ CON ZANAHORIA	284	ARROZ ATOMATADO	270	ARROZ BLANCO	258	ARROZ CON AHUYAMA	284	ARROZ BLANCO	258	ARROZ CON VERDURAS	327	CARNE / PECHUGA A LA PLANCHA	252
ARROZ OPCION 2 PRESENCIAL	ARROZ BLANCO	258	ARROZ BLANCO	258	ARROZ BLANCO	258	ARROZ BLANCO	258	ARROZ PAJARITO	360	ARROZ BLANCO	258	ARROZ BLANCO	258
PRINCIPIO EMPACADO			FRJOL CABENA NEGRA	125					LENTEJAS	120			BLANQUILLO	120
OPCION 2 PRESENCIAL	VEGETALES AL VAPOR (coliflor - brocoli)RV1	74	VEGETALES AL VAPOR (habichuela con ajonjol)RV1	74	VEGETALES AL VAPOR (berenjena asada)	74	RATATOUILLE	74	VEGETALES AL VAPOR (tomate cherry - champiñones - cilantro)	74	VEGETALES AL VAPOR (habichuela - zanahoria)RV1	74	VEGETALES AL VAPOR (apio- pimenton - maiz) RV1	74
ENERGETICO EMPACADO	PAPAS A LA FRANCESA	196	YUCA CON SUERO (leche)	180 ●	TAJADAS AMARILLAS	202	PLATANO VERDE CON HOGAO	115	BOLLO LIMPIO	198	PLATANO AL HORNO	126	PATACON DE GUINEO	255
ENERGETICO OPCION 2 PRESENCIAL	TORTA DE VERDURAS	123	NOQUIS	219	PURE DE PAPA	167	PAPAS DORADAS EN CUBOS	125	NACHOS	141	AHUYAMA CON QUESO	69	POTEGA DE AHUYAMA	125

CENA CHEF'S TABLE

SOPA	CALDO DE VEGETALE S	460			CALDO DE VEGETALES	285	CALDO DE VERDURAS	268	CALDO DE VEGETALES	268	CREMA DE VERDURAS	285	CALDO DE VEGETALES	268
PROTEINA	ARROZ ORIENTAL CON POLLO CERDO JAMON CAMARONES RAICES VEGETALES (crustáceos, gluten, soya)	522 ●			FILETE DE PESCADO CON SALSA DE CAMARONES pescado, crustáceos)	549 ●	HAMBURGUESA DE RES (gluten, huevo, leche)	840 ●	ARROZ CON CAMARONES (crustáceos, moluscos)	486 ●	BROCHETAS DE LOMO FINO	662 ●	PASTA EN SALSA BOLOGNESE Y SALSA BOSCAIOLA (pasta spaghetti) (gluten, huevo, leche, soya)	702 ●
ENERGETICO	CASCOS DE PAPA	120			CAYAYE	246	PAPAS A LA FRANCESA	196	PATACON	204	BOLLO DE MAZORCA	213	PANECILLOS FINAS HIERBAS (gluten, huevo, leche)	145 ●

ENSALADA - POSTRES Y BEBIDAS

ENS. FRUTA EMPACADO	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
ENSALADA PRESENCIAL	#4. REMOLACHA, ZANAHORIA, TOMATE, CILANTRO	74	#21. ENSALADA CESAR	45	#15. RABANO RALLADO, TOMATES ROJOS, ZANAHORIA, REPOLLO MORADO	45	#3. LECHUGA, TOMATE, AGUACATE, CILANTRO	45	#16. ARVEJAS, HABICHUELAS, ZANAHORIA, PEPINO (BRONOISE)	45	#12. LECHUGA, MELÓN, TOMATE, ADEREZO(YOGURT)	45	#20. ENSALADA WALDORF	45 ●
POSTRE PRESENCIAL	GALLETAS CUCA (gluten, huevo, leche)	175 ●	TORTA DE PIÑA (gluten, huevo, leche)	175 ●	MOUSSE CON SALSA DE MORA (leche)	175 ●	NATILLA (gluten, huevo, leche, soya, suifto)	175 ●	TORTA DE CHOCOLATE (gluten ,huevo, leche)	175 ●	FLAN DE LECHE (leche)	175 ●	ESPONJADO DE GUANABANA (leche)	175 ●
POSTRE EMPACADO	GELATINA	175 ●	PALETA FRUSLY LIMON Y FRESA	175 ●	MILHOJAS (gluten, huevo, leche)	175 ●	NAPOLEON (gluten, huevo, leche)	175 ●	GALLETAS NUCITA	175 ●	GALLETAS MARMOL (gluten, huevo, leche)	175 ●	GALLETAS DE AVENA (gluten, huevo, leche)	175 ●
BEBIDA EMPACADO	CHICHA DE ARROZ	290	UVA	290	MANGO	290	GUAYABA	290	PIÑA	290	TOMATE DE ARBOL	290	MANGO	290
BEBIDA SIN AZUCAR	DURAZNO	180	MANZANA	180	PERA	180	FRESA	180	GUAYABA	180	UVA	180	ZANAHORIA	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		2186		2261		2466		2349		2179		2464		2396
APORTE MENU GOURMET		1988		726		1945		2130		1784		826		1941

Nuestro menú



 **Alérgenos**

MARZO

ALMUERZO DIETA EMPACADO

DIA FECHA	SABADO 14	CAL	DOMINGO 15	CAL	LUNES 16	CAL	MARTES 17	CAL	MIÉRCOLES 18	CAL	JUEVES 19	CAL	VIERNES 20	CAL
FRUTA	BANANO	135	PATILLA	45	PIÑA	53	PATILLA	45	PAPAYA	45	MELON	53	PIÑA	78
SOPA DIETA	CALDO DE VEGETALES	268	CALDO DE VEGETALES	285	CALDO DE VEGETALES	268	CREMA DE TOMATE	284	CALDO DE VEGETALES	268	CALDO DE VEGETALES	268	CALDO DE VEGETALES	268
PROTEICO DIETA	PECHUGA A LA PLANCHA (mostaza) CON PICO DE GALLO	438 	CARNE A LA PLANCHA CON CHIMCHURRI	572	POLLO AL HORNO (mostaza)	664 	FAJITAS DE CARNE CON VEGETALES	572	PERNIL DE CERDO A LA PLANCHA	494	SUPREMA DE POLLO RELLENA CON ESPINACA Y QUESO (mostaza, leche)	457 	PAPILLOTE DE TILAPIA (pescado) CON VEGETALES	504 
ENERGETICO DIETA	PAPA SOUTE	90	AREPA ASADA	233	PAPA AL PEREJIL	90	ARROZ BLANCO	129	AREPA ASADA	198	YUCA AL VAPOR	246	CAYEYE (tomate, cebolla)	125
ENSALADA	#1. LECHUGA, TOMATE, PEPINO, ZANAHORIA	45	#18 ESPINACAS TOMATES ROJOS LECHUGA BATAVIA	45	#4. REMOLACHA, ZANAHORIA, TOMATE, CILANTRO	64	ARVEJAS HABICHUELAS ZANAHORIA PEPINO BRONISE	145	ZANAHORIA VICHY	128	- ESPINACA, TOMATE, PEPINO, ZANAHORIA	45	#2. LECHUGA, TOMATE, MAÍZ, ARVEJAS	45
BEBIDA SIN AZUCAR	PERA	180	GUANABANA	180	GUAYABA	180	MANGO	180	MANZANA	180	FRESA	180	GUANABANA	180
POSTRE	ESPONJADO DE GUANABANA (leche)	175 	PALETA FRUSLY LIMON Y FRESA	175	TORTA DE BANANO (gluten, huevo, leche)	175	GALLETA CUCA (gluten, huevo, leche)	175	GALLETA NUCITA	175	NAPOLEON (leche, sulfitos, soya, huevo, gluten)	175	TORTA DE DE ZANAHORIA (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		1529		1733		1692		1728		1686		1622		1573

CENA DIETA EMPACADO

DIA FECHA	SABADO 14	CAL	DOMINGO 15	CAL	LUNES 16	CAL	MARTES 17	CAL	MIÉRCOLES 18	CAL	JUEVES 19	CAL	JUEVES 20	CAL
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	SOPA DE VERDURAS	400	CALDO DE VERDURAS	268	SOPA DE LENTEJAS	400	CALDO DE VERDURAS	268	SOPA DE POLLO	400	CALDO DE VERDURAS	268	CALDO DE VERDURAS	268
PROTEICO DIETA	BURRITO DE POLLO (gluten, huevo, sulfitos, mostaza)	636 	FAJITAS DE POLLO CON VEGETALES A LA PLANCHA (mostaza)	664 	CARNE A LA PLANCHA CON CHIMCHURRI	572	FILETE DE TILAPIA A LA PLANCHA (pescado)	504 	PERNIL DE CERDO A LA PLANCHA	494	POLLO AL HORNO (mostaza)	484 	SALPICON DE ATUN (pescado)	396 
ENERGETICO DIETA	VEGETALES AL VAPOR (coliflor - brocoli - zanahoria)RV1	74	YUCA AL VAPOR	80	PURE DE PAPA	167	PLATANO VERDE CON HOGAO	115	BOLLO LIMPIO	198	PAPA CRIOLLA AL CILANTRO		GUINEO COCIDO CON HOGAO	115
BEBIDA SIN AZUCAR	DURAZNO	180	MANZANA	180	PERA	180	FRESA	180	GUAYABA	180	UVA	180	ZANAHORIA	180
POSTRE	GELATINA	175 	PALETA FRUSLY LIMON Y FRESA	175 	MILHOJAS (gluten, huevo, leche)	175 	NAPOLEON (gluten, huevo, leche)	175 	GALLETA NUCITA	175 	GALLETA MARMOL (gluten, huevo, leche)	175 	GALLETA 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		1851		1693		1859		1568		1773		1447		1460

Nuestro menú



Alérgenos

MARZO

COMIDA VIAJERA

DIA		SABADO		CAL	DOMINGO		CAL	LUNES		CAL	MARTES		CAL	MIERCOLES		CAL	JUEVES		CAL	VIERNES		CAL
FECHA		14			15			16			17			18			19			20		
SNACK AM		PREPARACIONES			PREPARACIONES			PREPARACIONES			PREPARACIONES			PREPARACIONES			PREPARACIONES			PREPARACIONES		
FRUTA		MZ. ROJA Y VERDE - PERA - MANDARINA		81	MZ. ROJA Y VERDE - PERA - MANDARINA			MZ. ROJA Y VERDE - PERA - MANDARINA		81	MZ. ROJA Y VERDE - PERA - MANDARINA		81	UVA		98	BANANO - MZ. ROJA Y VERDE		102	MZ. ROJA Y VERDE - PERA - MANDARINA		81
Opcion 1	BEBIDA CALIENTE	CALDO DE HUEVO (huevo) CON AREPA ASADA		437	CALDO DE COSTILLA CON AREPA ASADA		465	CALDO DE HUEVO (huevo) CON AREPA ASADA		437	CALDO DE POLLO CON AREPA ASADA		465	CALDO DE HUEVO (huevo) CON AREPA ASADA		437	CALDO DE COSTILLA CON AREPA ASADA		465	CALDO DE POLLO CON AREPA ASADA		437
		SANDWICH INTEGRAL (gluten, leche, huevo)		456	SANDWICH INTEGRAL (gluten, leche, huevo)		456	SANDWICH INTEGRAL (gluten, leche, huevo)		456	SANDWICH INTEGRAL (gluten, leche, huevo)		456	SANDWICH INTEGRAL (gluten, leche, huevo)		456	SANDWICH INTEGRAL (gluten, leche, huevo)		456	SANDWICH INTEGRAL (gluten, leche, huevo)		456
Opcion 2	SANDWICH	PAN ALIÑADO JAMON QUESO TORTILLA DE HUEVO (huevo, gluten, soya, leche)		536	PAN BLANDITO MORTADELA QUESO SABANA (gluten, leche, huevo, soya) DE 5 - 10 UNID. MAXIMO		530	PAN BAGETTE CON ATUN (gluten, pescado)		405	PAN MOLDE JAMON Y QUESO (gluten, leche, huevo, soya)		530	PAN HAMBURGUESA JAMON QUESO LECHUGA CRESPA (gluten, leche, huevo, soya)		530	PAN BAGETTE J Y Q (gluten, leche, huevo, soya)		536	PAN BAGETTE JAMON Y QUESO (gluten, leche, huevo, soya)		536
		PROTEICO 1		849	AREPA DE HUEVO PERICO (huevo)		608	PAN DE BONO (leche, souffits)		708	HALLACA DE CARNE		589	CROISSANT DE J Y Q (gluten, huevo, leche, soya)		708	CARIMAÑOLAS DE QUESO (leche)		255	PAN DE YUCA (leche, huevo)		708
Opcion 3	ENERGETICO	N/A		0	N/A		0	N/A		0	N/A		0	N/A		0	CARIMAÑOLA DE POLLO (mostaza)		243	N/A		0
		PROTEICO 2		300	CLUB SANDWICH JAMON Y QUESO LECHUGA CRESPA TOMATE (gluten, huevo, leche, soya)		520	CHICHARRONADA		247	HIGADO ENCEBOLLADO		253	POLLO AL HORNO (mostaza)		332	ARROZ ATOLLADO CON CERDO Y CHORIZO (gluten, soya)		366	HUEVO EN PERICO CON TOMATE Y CEBOLLA (huevo)		365
Opcion 4	ENERGETICO	AREPUELA (arepa dulce con anís)		110	N/A		0	YUCA AL VAPOR		120	BOLLO DE QUESO (leche)		268	PAPA AL PEREJIL		90	N/A		0	BOLLO LIMPIO		246
		Pan Acompañante		135	PAN DE UVAS (gluten, huevo, leche)		135	N/A		0	PAN DE AVENA (gluten, huevo, leche)		135	N/A		0	PAN DE MAIZ (gluten, huevo, leche)		135	N/A		0
COMIDA VIAJERA SALUDABLE																						
FRUTA		ENSALADA DE FRUTA		150	ENSALADA DE FRUTA		150	ENSALADA DE FRUTA		150	ENSALADA DE FRUTA		150	ENSALADA DE FRUTA		150	ENSALADA DE FRUTA		150	ENSALADA DE FRUTA		150
Opcion 5	PROTEICO 1	OMELETTE DE ESPINACAS Y QUESO (huevo, leche)		303	PERNIL DE CERDO A LA PLANCHA		247	SANDWICH INTEGRAL DE POLLO (gluten, huevo, leche, mostaza)		474	2 HUEVO COCIDO (huevo)		156	SANDWICH INTEGRAL DE QUESO FINESSE LECHUGA CRESPA Y TOMATE (gluten, huevo, leche)		465	PANCAKE CON JAMON PIETRAN Y QUESO FINESSE SOBRE DE MIEL (gluten, leche, huevo, soya)		512	PERNIL DE CERDO A LA PLANCHA A LAS FINA HIERBAS (con guamole individual)		247
		ENERGETICO		180	PAPA CRIOLLA AL HORNO		80	N/A		0	AREPA MOMPOSINA (queso)		268	N/A		0	N/A		0	PAPA CRIOLLA AL HORNO		80

COMIDA VIAJERA P.M.

DIA		SABADO		CAL	DOMINGO		CAL	LUNES		CAL	MARTES		CAL	MIERCOLES		CAL	JUEVES		CAL	VIERNES		CAL
FECHA		14			15			16			17			18			19			20		
SNACK PM		PREPARACIONES			PREPARACIONES			PREPARACIONES			PREPARACIONES			PREPARACIONES			PREPARACIONES			PREPARACIONES		
FRUTA		MZ. ROJA Y VERDE - PERA - MANDARINA		81	MZ. ROJA Y VERDE - PERA - MANDARINA		81	MZ. ROJA Y VERDE - PERA - MANDARINA		81	MZ. ROJA Y VERDE - PERA - MANDARINA		81	UVA		98	BANANO - MZ. ROJA Y VERDE		102	MZ. ROJA Y VERDE - PERA - MANDARINA		81
Opcion 1	PROTEICO	PASTELITO DE CARNE (gluten, leche)	680	PAN DE ESPINACAS CON QUESO (gluten, huevo, leche)		620	PIZZA DE JAMON Y QUESO (gluten, huevo, leche, soya)		549	PAN DE AVENA CON QUESO (gluten, leche, huevo)		620	CLUB SANDWICH DE POLLO LECHUGA CRESPA TOMATE (gluten, huevo, leche, mostaza)		520	ROSCON DE BOCADILLO (gluten, huevo, leche)		700	PANOCCHA HAWAIANA (gluten, huevo, leche)		620	
	ENERGETICO	N/A	0	N/A		0	N/A		0	N/A		0	N/A		0	N/A		0	N/A		0	
Opcion 2	PROTEICO	PICADA DE CHORIZO CON BUTIFARRA (gluten, huevo, soya)	282	LOMITOS DE ATUN (pescado)		92	QUESO CRIOLLO X 100 GR (leche)		300	SALCHIPAPA (gluten, soya, sulfitos)		360	QUESO CRIOLLO X 100 GR (leche)		300	CHULETA DE CERDO CON SALSA BBQ		393	EMPANADAS DE POLLO		520	
	ENERGETICO	BOLLO DE YUCA	173	GALLETA SALTIN (gluten, leche, soya, huevo)		140	BUÑUELO DE MAIZ		291	N/A		0	ENYUCADO		237	YUCA AL VAPOR		120	N/A		0	
Opcion 3	COMIDA VIAJERA SALUDABLE																					
	FRUTA	ENSALADA DE FRUTA	150	ENSALADA DE FRUTA	150	ENSALADA DE FRUTA	150	ENSALADA DE FRUTA	150	ENSALADA DE FRUTA	150	ENSALADA DE FRUTA	150	ENSALADA DE FRUTA	150	ENSALADA DE FRUTA	150	ENSALADA DE FRUTA	150	ENSALADA DE FRUTA	150	
	PROTEICO 1	SANDWICH INTEGRAL CON QUESO FINESSE LECHUGA CRESPA Y TOMATE (gluten, huevo, leche, soya)	435	QUESADILLAS DE CARNE MOLIDA QUESO CHAMPINONES (gluten, huevo, leche, soya)		587	ENSALADA RUSA CON POLLO Y 1 HUEVO COCIDO (mostaza, huevo)		384	AREPA DE MAIZ CHOCLO RELLENA CON QUESO (leche)		391	TORTA DE QUESO CON ESPINACAS (huevo, leche)		325	WRAP DE ATUN (pescado, gluten, leche,huevo)		443	SALCHICHA DE PAVO SALTADA CON VEGETALES PAPA CRIOLLA Y SESAMO (gluten, soya, sesamo)		330	
	ENERGETICO	N/A	0	N/A		0	N/A		0	N/A		0	N/A		0	N/A		0	N/A		0	

Nuestro menú



 **Alérgenos**

MARZO

COMIDA VIAJERA REFORZADA EXCLUSIVA PARA TRIPULACIONES DE TRENES

DÍA	SABADO		DOMINGO		LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
FECHA	14	CAL	15	CAL	16	CAL	17	CAL	18	CAL	19	CAL	20	CAL
Reforzado AM/PM	PREPARACIONES		PREPARACIONES		PREPARACIONES		PREPARACIONES		PREPARACIONES		PREPARACIONES		PREPARACIONES	
FRUTA	MZ. ROJA Y VERDE - PERA - MANDARINA	81	MZ. ROJA Y VERDE - PERA - MANDARINA		MZ. ROJA Y VERDE - PERA - MANDARINA	81	MZ. ROJA Y VERDE - PERA - MANDARINA	81	UVA	98	BANANO - MZ. ROJA Y VERDE	102	MZ. ROJA Y VERDE - PERA - MANDARINA	81
SANDWICH	SANDWICH INTEGRAL (gluten, huevo, leche)	456 ●	SANDWICH INTEGRAL (gluten, huevo, leche)	456 ●	SANDWICH INTEGRAL (gluten, huevo, leche)	456 ●	SANDWICH INTEGRAL (gluten, huevo, leche)	456 ●	SANDWICH INTEGRAL (gluten, huevo, leche)	456 ●	SANDWICH INTEGRAL (gluten, huevo, leche)	456 ●	SANDWICH INTEGRAL (gluten, huevo, leche)	456 ●
	PAN ALIÑADO JAMON QUESO TORTILLA DE HUEVO (gluten, huevo, leche, soya)	536 ●	PAN BLANDITO MORTADELA QUESO SABANA (gluten, huevo, leche, soya)	561 ●	PAN MOLDE JAMON Y QUESO (gluten, huevo, leche, soya)	530 ●	PAN BAGETTE CON ATUN (pescado, gluten, huevo, leche)	405 ●	PAN MOLDE JAMON Y QUESO (gluten, huevo, leche, soya)	530 ●	PAN HAMBURGUESA POLLO DESMECHADO QUESO LECHUGA CRESPA (gluten, huevo, leche, soya)	551 ●	PAN BAGETTE JAMON Y QUESO (gluten, huevo, leche, soya)	536 ●
PROTEICO 1	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA (mostaza)	219 ●	POLLO AL HORNO (mostaza)	332 ●	FAJITAS DE POLLO (mostaza)	219 ●	ALAS DE POLLO AL HORNO (mostaza)	328 ●	PECHUGA AL HORNO (mostaza)	280 ●	POLLO AL HORNO (mostaza)	332 ●	FAJITAS DE POLLO (mostaza)	219 ●
PROTEICO 2	PASTEL DE CERDO 16 UN. HASTA 08:00 CHULETA DE CERDO	849	FAJITAS DE CERDO	247	LOMO DE CERDO A LA PLANCHA	247	COSTILLA DE CERDO AL HORNO	393	FAJITAS DE CERDO	247	CHULETA DE CERDO A LA PLANCHA	365	LOMO DE CERDO A LA PLANCHA	247
PROTEICO 3	CARNE A LA PLANCHA	286	FILETE DE TILAPIA A LA PLANCHA (pescado)	252 ●	FAJITAS DE CARNE	286	DEDITOS DE PESCADO (pescado)	272 ●	CARNE A LA PLANCHA	286	FILETE DE TILAPIA A LA PLANCHA (pescado)	252 ●	FAJITAS DE CARNE	286
CEREAL	ARROZ BLANCO	129	ARROZ BLANCO	129	ARROZ BLANCO	129	ARROZ BLANCO	129	ARROZ BLANCO	129	ARROZ BLANCO	129	ARROZ BLANCO	129
ENERGETICO (1 OPCION A ELEGIR SEGÚN MENU PPAL)			YUCA AL VAPOR /PLATANO CON HOGAO/MOTE DE GUINEO/ PAPA CAPIRA/ PAPA CRIOLLA	160			YUCA AL VAPOR /PLATANO CON HOGAO/MOTE DE GUINEO	160			YUCA AL VAPOR /PLATANO CON HOGAO/MOTE DE GUINEO	160		