


Menú de Octubre



MARTES 01



Sopa de cebada
Filete de pescado apanado
Steak de res a ala criolla
Arroz blanco
Croqueta de yuca
Sufle de espinaca
Ensalada verde
Jugo
Postre


MIERCOLES 02

Sopa de verduras
Alitas BBQ
Estofado de res
Pan
Spaguettis caseros
Vegetales al wok con miel
Ensalada roja
Jugo
Postre

JUEVES 03

Sopa de arroz
Cerdo con salsa de ciruelas
Carne molida a la jardinera
Arroz con maní
Puré de papa
Garbanzos con callo
Ensalada Hawaiana
Jugo
Postre

VIERNES 04



Ajiaco Santafereno
Pierna pernil a la criolla
Sobrebarriga criolla
Arroz blanco
Papa a la criolla
Ratatouille
Ensalada de aguacate
Jugo
Postre

MARTES 15

Sopa de cuchuco de cebada
Ropa vieja
Steak de cerdo chimichurri
Arroz blanco
Croqueta de yuca
Lentejas con chorizo
Ensalada primavera
Jugo
Postre

MIERCOLES 16

Sopa de arroz
Pollo a la diablo
Filete de pescado
Arroz pomodoro
Papa chaleco
Zukini amarillo y verde, cebolla
puerro salteado
Ensalada waldorf
Jugo
Postre

JUEVES 17


Sancochito
Arroz paisa
Milanesa de pollo miel mostaza
Arroz maní
Papa chip
Pisto
Ensalada de maíz pira, lechuga,
tomate y cebolla roja
Jugo
Postre

VIERNES 18

Peto / Sopa de letras
Mini paisa, molida, chorizo, huevo
Alitas de pollo bbq
Arroz blanco
Tajada de plátano / arepas
Frijol antioqueño
Ensalada de aguacate
Jugo
Postre



LUNES 21



Sopa minestrone
Chuleta valluna
Albóndigas a la criolla
Arroz perlado
Plátano al horno
Brócoli gratinado
Ensalada con maíz tierno
Jugo
Postre

MARTES 22

Sancocho de pescado
Pollo al horno
Bagre a la criolla
Arroz al cebollín
Papas salada
Pisto
Ensalada Waldorf
Jugo
Postre


MIÉRCOLES 23

Sopa de verduras
Bistec a caballo
Steak de cerdo miel mostaza
Arroz frutos secos
Puré de papa
Lentejas con jamón
Ensalada verde
Jugo
Postre

JUEVES 24

Sopa de plátano hondureña
Pollo chuco
Steak de res hondureño
Arroz al estilo hondureño
Vegetales salteados al wokk hondureño
Ensalada hondureña de remolacha
Jugo
Postre

VIERNES 25



Sopa cebada perlada
Arroz con pollo
Steak de res con chimichurri de mango
Arroz blanco
Papa casco
Ratatouille
Ensalada italiana
Jugo
Postre

LUNES 28

Sopa de mute
Cerdo encebollado
Steak de res al vino tinto y pimienta
Arroz blanco
Plátano melao
Frijoles antioqueños
Ensalada de coleslaw
Jugo
Postre


MARTES 29

Sopa de arroz
Pollo a la broaster
Envoltini de carne
Arroz con uvas
Papa al perejil
Work de vegetales
Ensalada tropical
Jugo
Postre

MIÉRCOLES 30

Sopa de plátano
Trucha al ajillo
Estofado con papa
Arroz tigre
Croqueta de yuca
Lentejas con jamón
Ensalada payasito
Jugo
Postre

JUEVES 31



Crema de ahuyama
Sopa de ahuyama
Steak de cerdo zombie
Carne desmechada vampiresa
Arroz negro
Puré de arracacha con cebollin
Tornillos de colores a la momia
Ensalada Frankenstein, tomate, coliflor, espinacas, pepino cohombro, zanahoria
Jugo
Postre

