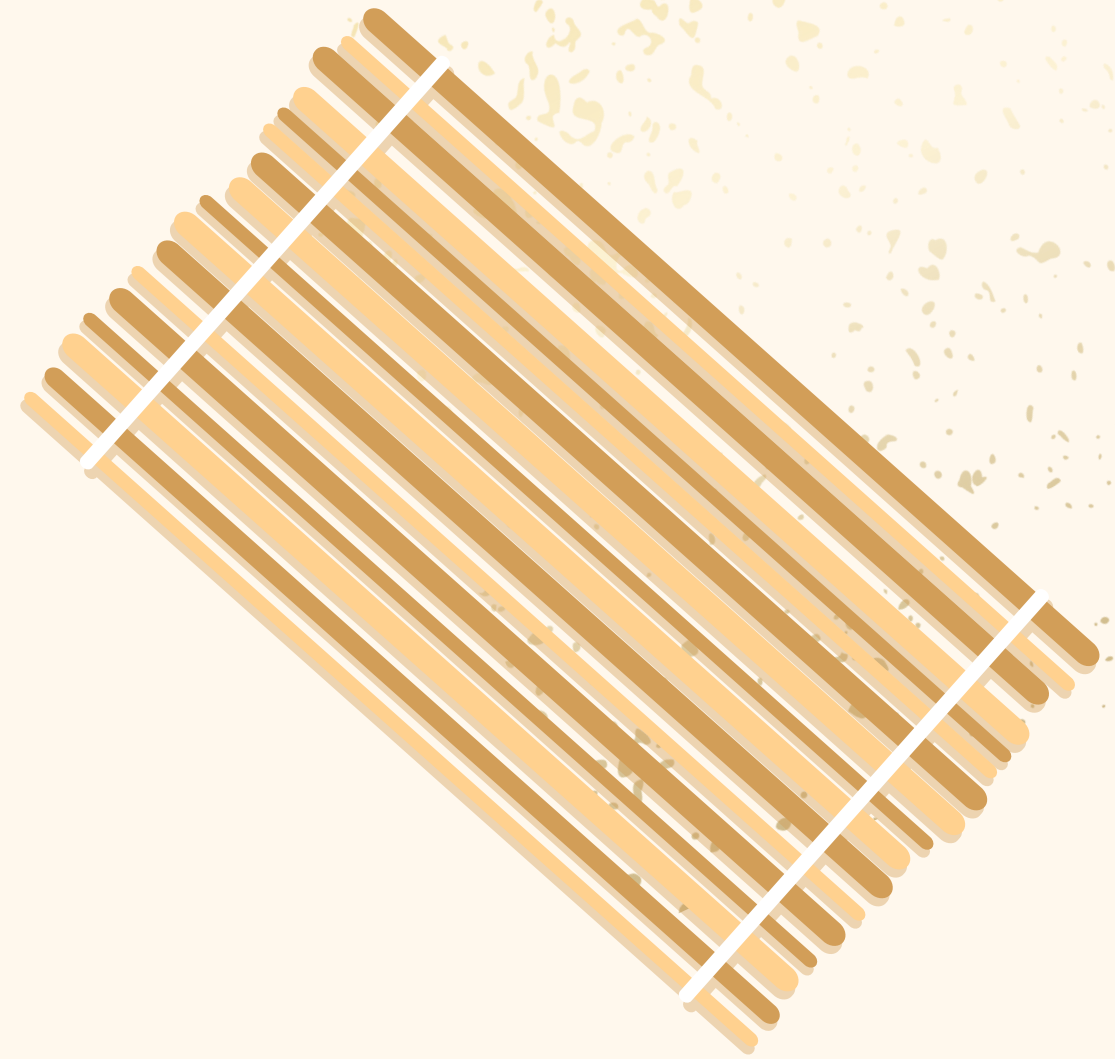


MENÚ

# NOVIEMBRE



## VIERNES 01

Sopa de verduras  
Arroz cubano  
Pechuga en salsa de piña  
Arroz blanco  
Cascos de papa con paprika  
Vegetales salteados  
Ensalada  
Jugo  
Postre

## MARTES 05

Sopa Avena  
Ropa vieja  
Pollo finas hierbas  
Arroz pajarito  
Papa salada  
Frijol caraota  
Zanahoria glaseadas  
Ensalada  
Jugo  
Postre

## MIÉRCOLES 06

Sopa de verduras  
Lasaña mixta  
Pan Molde  
Wook de vegetales  
Ensalada  
Jugo  
Postres

## JUEVES 07

Sopa de mute o crema de pollo  
Nuggets  
Sobrebarriga dorada  
Arroz con fideos  
Croquetas de yuca  
Garbanzos con chorizo  
Brocoli a la crema  
Ensalada  
Jugo  
Postre

## VIERNES 08

Sopa de arroz  
Parrillada de res cerdo y chorizo  
Pechuga grille  
Arroz amarillo  
Papa criolla dorada  
Platano asado  
Mix de verduras  
Ensalada  
Jugo  
Postre

## MARTES 12

Sopa de cebada perlada  
Ensalada de atún  
Steak de res a la plancha  
Arroz primavera  
Papa cascots  
Coditos con salsa  
Poteca de ahuyama  
Ensalada  
Jugo  
Postre

## MIÉRCOLES 13

Sopa de arroz  
Sobrebarriga chimichurri  
Pollo sillao  
Arroz tigre  
Platano melao  
Frijol rojo  
Verduras al vapor  
Ensalada  
Jugo  
Postre

## JUEVES 14

Ajiaco  
Pierna pernil  
Steak de res a la plancha  
Arroz blanco  
Mazorca  
Arepa  
Mix de verduras al ajillo  
Ensalada  
Jugo  
Postre

## VIERNES 15

Caldo Talapeño  
Arroz refrito  
Carne de birria  
Tinga de pollo  
Tortilla de trigo  
Frijoles criollos  
Nachos  
Ensalada  
Jugo  
Postre

# MENÚ REFRIGERIOS

# NOVIEMBRE



**VIERNES 01**

Arepa rellena de  
pollo

Jugo Natural

**MARTES 05**

Quesadillas de jamón  
Avena

**MIÉRCOLES 06**

Pastel hawiano  
Jugo Natural

**JUEVES 07**

Salchipapa  
Jugo Natural

**VIERNES 08**

Sandwich de huevo  
con queso  
Jugo Natural

**MARTES 12**

Cereal + queso  
Kumis

**MIÉRCOLES 13**

Empanada  
Jugo Natural

**JUEVES 14**

Pastel de pollo  
Jugo Natural

**VIERNES 15**

Arepa de queso  
Agua de panela