

# MENU DE ALMUERZO



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
Semana 1	Crema de espinaca Arroz Carne en goulash con zanahoria y arveja Jugo de Mango	Sopa de cebada perlada con carne y verduras Jugo de Mora	Crema de ahuyama Pasta con jamon y queso Jugo de feijoa	Crema de zanahoria Arroz Pollo en salsa de champiñones Tomate picado Jugo de Durazno
Semana 2	Sopa de verduras Carne desmechada Pure de papa Zanahoria salteada Jugo de Fresa	Sancocho Jugo de Mandarina	Sopa de Pasta Pollo al Horno Papa salteada Coliflor apanado Jugo de guanabana	Crema de acelga Arroz Carne molida Tajadas de platano maduro Tomate picado Jugo de Mango
Semana 3	Crema de espinaca Arroz con fideos Albondigas Zanahoria salteada Jugo de Mora	Crema de zanahoria Pasta corta con atún Jugo de Durazno	Ajiaco con pollo aguacate Jugo de feijoa	Sopa de Platano Nuggets de pollo Croquetas de yuca Brocoli al vapor Jugo de fresa
Semana 4	Crema de Brocoli Arroz atollado con carne y verduras Jugo de Mandarina	Crema de Arveja Pasta a la boloñesa Tomate Jugo de Mango	Sopa de Tortilla con pollo aguacate Jugo de guanabana	Crema de espinaca Pollo a la miel Coliflor gratinado papas fritas Jugo de mora
Semana 5	Crema de espinaca Pasta carbonara jugo de fresa	Frijoles arroz blanco carne molida tajadas de platano maduro picadillo de tomate y cebolla Jugo de Durazno	Crema de zanahoria Arroz con pollo Jugo de feijoa	Sopa de lenteja arroz carne desmechada Tomate picado jugo de mandarina
Semana 6	Crema de verduras Fricase de Pollo Jugo de guanabana	Crema de Ahuyama Pasta con jamon y queso Jugo de mora	Lenteja Arroz Carne molida Tomate picado Jugo de Mango	Sopa de zanahoria Arroz mixto jugo de feijoa
Semana 7	Crema de acelga Arroz frito con verduras Jugo de Durazno	Cerdo a la plancha Arroz verde Zanahoria jugo de fresa	Crema de zanahoria Hamburguesa Papas fritas Tajadas de tomate jugo de mandarina	Sopa de fideos pollo en cubitos papa al perejil zanahoria rayada Jugo de guanabana