

Lunes 3

**Bondiola con arroz
azafranado y verduras.**

-Fruta de estación-

Kcal tot: 577,3 Proteínas: 207,6
Hierro: 6,69

Martes 4

**Medallón de lenteja gratinado con
tomate ,queso con papa cuña
crochantes.**

-Panqueque con DDL -

Kcal tot: 749,8 Proteínas: 143,1
Hierro: 10,2

Miércoles 5

**Tacos Mexicanos: Carne-Pollo
con juliana de verduras.**

-Budín de manzana-

Kcal tot: 679,7 Proteínas: 64,8
Hierro: 7,3

Jueves 6

**Milanesa de pescado con
pure mixto / zanahoria y
tomate.**

-Fruta de estación-

Kcal tot: 568 Proteínas: 24
Hierro: 3,3

Viernes 7

**Tartas: Pollo, calabaza y queso,
verdura.**

-Ensalada de frutas-

Kcal tot: 738,6 Proteínas: 86,6
Hierro: 5,1

Lunes 10

**Estofado de carne con
verduras y arroz .**

-Fruta de estación-

Kcal tot: 580 Proteínas: 69,64
Hierro: 4,38

Martes 11

**Milanesa de carne con
puré mixto.**

-Carrot Cake-

Kcal tot: 676,3 Proteínas: 172
Hierro: 4,9

Miércoles 12

**Salteado de cerdo y verduras
con fideos tirabuzón.**

-Fruta de estación-

Kcal tot: 722,2 Proteínas: 239,8
Hierro: 4,5

Jueves 13

**Pollo al horno con torrijas
de arroz y verduras /ensalada.**

-Fruta de estación-

Kcal tot: 623 Proteínas: 146,7
Hierro: 4,98

Viernes 14

**Empanadas : Pollo, capresse,
calabaza y queso, verdura.**

-Postre sorpresa-

Kcal tot: 697,07 Proteínas: 193,44
Hierro: 11,52

Lunes 31

**Ravioles de pollo y verduras/
fideos
con salsa fileto.**

-Fruta de estación-

Kcal tot: 577,3 Proteínas: 207,6
Hierro: 6,69

El menú se acompaña todos los días con salad bar, frío y caliente, de diferentes gustos a elección, en forma alternada (tomate, lechuga, zanahoria, repollo, pepino, brotes de soja, remolacha, rúcula, rabanito, quinoa chauchas, choclo, brócoli, berenjenas, calabazas, legumbres, zapallitos, bocaditos de verdura, Lasagna de berenjena, papas y batatas al horno, milanesa de calabaza y zapallitos, soufflé de acelga, brócoli salteado, revuelto de vegetales con huevo, bomba de papas, polenta, puré de calabaza, etc.); frutas varias; agua.

Aclaraciones muy importantes: los valores son promedio (entre grupos etarios) y no tienen en cuenta el consumo de alimentos del salad bar (solo plato principal y postre)

*La empresa se reserva el derecho a realizar eventuales modificaciones en el menú sin previo aviso, por razones vinculadas a la disponibilidad de los productos en el mercado. El reemplazo siempre se efectuará por productos de igual o mejor calidad que los previamente especificados.