

Lunes 3

Arroz azafranado con bondiola y verduras.

-Fruta de estación-

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

Martes 4

Lasagna de ricota y verdura.

-Bizcochuelo marmolado-

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

Miércoles 5

Pollo al verdeo con bastones de papa.

-Fruta de estación-

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

Jueves 6

Guiso de lentejas con carne y verduras.

-Panqueque con DDL-

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

Viernes 7

Tartas : Pollo, calabaza y queso verdura.

-Fruta de estación-

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

Lunes 10

Fideos codito con salsa fileto y blanca.

-Fruta de estación-

Kcal tot: 667 Proteínas: 236
Hierro: 4,08

Martes 11

Milanesa de carne con puré mixto.

-Fruta de estación-

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

Miércoles 12

Salteado de cerdo y verduras con arroz blanco.

-Fruta de estación-

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

Jueves 13

Tortilla de papa/verdura con ensalada de lechuga y tomate

-Bizcochuelo de vainilla-

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

Viernes 14

Empanadas : Pollo, humita, calabaza y queso, verdura.

-Ensalada de frutas-

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

Lunes 31

Fideos mostachol con salsa blanca y brocoli /fileto.

-Fruta de estación-

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

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.