

## CICLO MENU ALMUERZOS 2024

### PRIMERA SEMANA

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>PROTEÍNA</b>	CARNE DE CERDO GUISADA EN TROZOS	TORTILLA DE CARNE DE RES FINAMENTE PICADA CON HUEVO	PECHUGA ASADA EN TROZOS	CARNE DE RES MOLIDA GUISADA	GOULASH DE CARNE DE RES
<b>LEGUMINOSA</b>	NA	NA	NA	FRIJOLES	NA
<b>CEREAL</b>	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ESPAGUETTIS
<b>VERDURA O ENSALADA</b>	VERDURAS SALTEADAS	CALABAZA GUISADA CON ARVEJA	ENSALADA DE ESPINACA, MANGO, FRESA Y CREMA DE LECHE	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, AGUACATE Y CILANTRO	EN EL GOULASH
<b>TUBÉRCULO</b>	PAPA AL VAPOR	YUCA COCIDA	PAPA CRIOLLA AL VAPOR	PLATANO MADURO ASADO	PAPA CHIP
<b>SOPA</b>	SOPA PERLADA	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE VERDURAS	SIN SOPA	CREMA DE TOMATE
<b>BEBIDA</b>	JUGO DE MORA	JUGO DE FRESA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE LULO	JUGO DE PIÑA

### SEGUNDA SEMANA

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>PROTEÍNA</b>	CARNE DE RES GUISADA EN TROZOS	CARNE DE CERDO ASADA EN TROZOS	CARNE DE RES ASADA EN TROZOS	POLLO GUISADO EN TROZOS	ALBONDIGAS EN SALSA
<b>LEGUMINOSA</b>	NA	NA	LENTEJAS	NA	NA
<b>CEREAL</b>	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON CILANTRO	MACARRONES
<b>VERDURA O ENSALADA</b>	TAJADA DE AGUACATE	PEPINO GUISADO	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA	VERDURAS COCIDAS CON MAYONESA	ENSALADA DE REMOLACHA, ZANAHORIA Y MAYONESA
<b>TUBÉRCULO</b>	EN EL SANCOCHO	PAPA CRIOLLA CHORREADA	TAJADAS DE PLATANO MADURO	YUCA COCIDA	PAPA DORADA
<b>SOPA</b>	SANCONCHO	SOPA DE ARROZ	SIN SOPA	SOPA DE COLICERO	CREMA DE ESPINACAS
<b>BEBIDA</b>	JUGO DE TOMATE DE ÁRBOL	JUGO DE MELÓN	JUGO DE LULO	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE PIÑA

**TERCERA SEMANA**

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>PROTEÍNA</b>	CARNE DE RES EN SALSA BLANCA EN TROZOS	PECHUGA EN TROZOS A LAS FINAS HIERBAS	CARNE DE CERDO GUISADA EN TROZOS	POLLO DESMECHADO EN SALSA	HIGADO DE RES ENCEBOLLADO EN TROZOS
<b>LEGUMINOSA</b>	NA	NA	GARBANZOS	NA	NA
<b>CEREAL</b>	ARROZ CON CILANTRO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON FIDEOS	ESPAGUETTIS	ARROZ CON PIMENTON
<b>VERDURA O ENSALADA</b>	ESPINACA CON HUEVO	AHUYAMA GUISADA CON ARVEJA VERDE FRESCA	ZANAHORIA RALLADA CON TOMATE Y PEREJIL	ENSALADA DE ESPINACA, PAPAYA, MANGO Y CREMA DE LECHE	ARVEJA VERDE FRESCA, ZANAHORIA Y HABICHUELA GUISADAS
<b>TUBÉRCULO</b>	PAPA COCIDA CON CASCARA	PAPA CRIOLLA AL VAPOR	PALATANO MADURO COCIDO CON CANELA	DEDITOS DE ARRACACHA	YUCA COCIDA
<b>SOPA</b>	SOPA DE AVENA	SOPA DE CONCHITA	SIN SOPA	CREMA DE AHUYAMA	SOPA DE PATACON
<b>BEBIDA</b>	JUGO DE PIÑA	TOMATE DE JUGO DE ÁRBOL	JUGO DE MORA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE MARACUYA

**CUARTA SEMANA**

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>PROTEÍNA</b>	CARNE DE CERDO EN SALSA DE PIÑA	CARNE DE RES GUISADA EN TROZOS	HAMBURGUESA DE CARNE MOLIDA	CARNE DE CERDO A LA PLANCHA EN TROZOS	GOULASH DE PECHUGA
<b>LEGUMINOSA</b>	NA	ARVEJA VERDE SECA	NA	NA	NA
<b>CEREAL</b>	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ CON ZANAHORIA	ENSALADA DE CONCHITAS CON VERDURAS Y MAYONESA	ARROZ BLANCO	ARROZ CON FIDEOS
<b>VERDURA O ENSALADA</b>	ACELGA CON HUEVO	ENSALADA DE PEPINO, TOMATE Y CILANTRO		ENSALADA DE ESPINACA, MANZANA Y CREMA DE LECHE	VERDURAS ARVEJAS, ZANAHORIA Y HABICHUELA
<b>TUBÉRCULO</b>	PAPA CRIOLLA AL VAPOR	CROQUETA DE YUCA	PLATANO CON BOCADILLO	TAJADAS DE PLATANO MADURO	PAPA A LA FRANCESA
<b>SOPA</b>	SOPA DE ARRACACHA	SIN SOPA	CONSOME DE CARNE	SOPA DE FIDEOS	SOPA DE AVENA
<b>BEBIDA</b>	JUGO DE FRESA	JUGO DE MELON	JUGO DE MANGO	JUGO DE LULO	JUGO DE GUAYABA