

SEMANA 2

Martes

Sopa de verduras
Carne en salsa criolla
Pollo apanado en deditos
Papa con hogao
Arroz
Frijol negro
Lasaña de calabacín
Ensalada Cous cous
Frutas: Mango, papaya, patilla, piña
Jugos: Mora mango, limonada
Postre: Melocotones

R1: Huevos con jamón, palito de queso, jugo

Miércoles

Consomé
Carne asada
Pierna pernil con mostaza
Frijol rojo
Arroz
Pepper fritata
Ensalada tradicional
Frutas: Mandarina, melón, piña, banano
Jugos: Lulo, naranja, limonada
Postre: Quipitos / quimbayas
R1: Perro caliente, jugo

Jueves

Sopa de cebada
Costillitas BBQ
Pescado en salsa
Puré de papa
Arroz con fideos
Frijol blanco
Remolacha con zanahoria
Ensalada SGS
Frutas: Uvas, patilla, mango, piña
Jugos: Mora, naranja, piña, limonada
Postre: Masmelos
R1: Chocolate, croissant, manzana

Viernes

Crema de ahuyama
Pollo al horno
Carne en salsa de champiñones
Macarrones en salsa de queso
Tortilla de acelga
Ensalada completa
Frutas: Papaya, mango, melón, higos
Jugos: Mango, lulo, limonada
Postre: Bocaditos de helado

La semana 2 es:

Del 24 al 27 de Junio