

Semana 1

Lunes

Consomé

Carne guisada

Papa dorada

Arroz arveja pereil

Acelga salteada

Ensalada: de piña

Frutas: Mango, banano, papaya, patilla

Jugos: Frutos rojos, naranja, limonada

Postre: Caramelo de café

R1: chocolate , queso

Martes

Ajiaco

Pollo

Arroz blanco

Ensalada: de aguacate

Salpicón

Postre: Arequipe

R1: empanada, jugo, masmelos

Miércoles

Crema de ahuyama

Carne en cubos en salsa

Patacón

Arroz

Espinaca salteada

Ensalada: cesar sin croutones

Frutas: Mango, banano, papaya, patilla

Jugos: Frutos rojos, naranja, limonada

Postre: Helado

R1: Caldo de pollo, arepa

Jueves

Consomé

Lomo de cerdo

Pollo al horno

Arroz

Lentejas

Calabacín con alverjas

Ensalada: cherry

Frutas: Mandarina, melón, mango,

Jugos: Lulo, mango, limonada

Postre: Dulce de leche

R1: Pizza en tortilla de maíz, jugo

Viernes

Crema de tomate

Sobrebarriga gratinada

Pescado a la plancha

Papa con perejil

Arroz oriental

Ensalada: Primavera

Frutas: Uvas, melón, granadilla, piña

Jugos: Mora, lulo, limonada

Postre: chcolaticos

R1: Queso, jugo, achiras

**La Semana 1 es:
16 al 20 de Junio**