

Menú de febrero



<p>Lunes 03</p> <p>Viche de pescado Arroz, carne apanada Limonada Postre: Fruta Ensaladas de rábano, lechuga, pepinillo</p>	<p>Martes 04</p> <p>Colada de verde Arroz, pollo chino salteado con verduras Jugo de fresa Postre: Mini galleta Ensalada de Aguacate, tomate</p>	<p>Miércoles 05</p> <p>Sopa de fideo con queso Arroz chaufa Jugo de mora Postre: Fruta Ensalada de lechuga, melloco, vainita</p>	<p>Jueves 06</p> <p>Crema de apio Chuleta a la plancha, arroz, salsa de queso, papa cocida Jugo de naranjilla Postre: fruta Ensaladas de choclo, pepinillo, lechuga y tomate</p>	<p>Viernes 07</p> <p>Guatita, maduro, arroz Jugo de tomate de árbol Postre: Mini helado Ensaladas de aguacate, tomate</p>
<p>Lunes 10</p> <p>Sancocho de carne Spaghetti con albondigas, arroz al gusto Jugo de maracuyá Postre: fruta Ensaladas de lechuga, curtido, brócoli y choclo</p>	<p>Martes 11</p> <p>Menestrón Pollo a la coca cola, arroz Jugo: Limonada Postre: Mini dona Ensaladas de Aguacate, vainita, col morada Jugo</p>	<p>Miércoles 12</p> <p>Chuspas Milanesa de pollo, arroz Guayaba Postre: fruta Ensaladas de rabano, curtido, brocoli</p>	<p>Jueves 13</p> <p>Caldillo de huevos Pollo en salsa al ajillo, arroz Jugo de mora Postre: fresas con crema Ensaladas de lechuga, choclo, coliflor</p>	<p>Viernes 14</p> <p>Carne en salsa blanca con champiñones, arroz Jugo de fresa Postre: fruta Ensaladas de tomate lechuga aguacate</p>
<p>Lunes 17</p> <p>Avena con legumbres Pollo al jugo, arroz Jugo: tomate de árbol Postre: Mini torta de naranja Ensaladas de verduras, choclo, lechuga</p>	<p>Martes 18</p> <p>Sopa de morocho Lomo a la plancha, arroz, papa al horno Jugo de piña Postre: Fruta Ensaladas de vainita, col blanca, tomate y zanahoria</p>	<p>Miércoles 19</p>	<p>Jueves 20</p> <p>Aguado de pollo Arroz, texas red de carne Jugo de maracuyá Postre: Fruta Ensalada de pepinillo, rabano, tomate</p>	<p>Viernes 21</p> <p>Pescado apanado, arroz, patacón Jugo: Limonada Postre: fruta Ensaladas de brocoli, remolacha, lechuga</p>
<p>Lunes 24</p> <p>Locro de cuero Carne al jugo, arroz Naranjada Postre: durazno en almibar Ensaladas de aguacate, tomate, lechuga</p>	<p>Martes 25</p> <p>Sopa de albóndigas Pescado al ajillo Jugo de mora Postre: mini suspiros Ensaladas de melloco, vainita, coliflor</p>	<p>Miércoles 26</p> <p>Sopa de legumbres Alitas BBQ, arroz, papas fritas Jugo de fresa Postre: fruta Ensaladas de pepinillo, tomate, brocoli</p>	<p>Jueves 27</p> <p>Locro de papas Pollo teriyaki, arroz Jugo de maracuyá Postre: fruta Ensaladas de lechuga, tomate, frejol, col morada con mayonesa</p>	<p>Viernes 28</p> <p>Fritada de pollo, papa cocida, mote, maduro Limonada Postre: mini gelatina Ensaladas de curtido, rabano, pepinillo</p>

-Esforzarte para llevar una nutrición adecuada, es la mejor inversión para tu cuerpo y mente que puedes hacer.