

|                          |                 |
|--------------------------|-----------------|
| <b>MENÙ HIPOCALORICO</b> | <b>AÑO 2018</b> |
|--------------------------|-----------------|


| <b>NOVIEMBRE</b> | <b>ALTERNATIVAS PLATO DE FONDO</b> | <b>ALTERNATIVAS ENSALADAS</b> | <b>SOPA/ CREMA</b> | <b>ALTERNATIVAS POSTRES</b> | <b>PAN/JUGO</b> |
|------------------|------------------------------------|-------------------------------|--------------------|-----------------------------|-----------------|
|------------------|------------------------------------|-------------------------------|--------------------|-----------------------------|-----------------|

|                  |          |                                    |                          |              |              |               |          |
|------------------|----------|------------------------------------|--------------------------|--------------|--------------|---------------|----------|
| <b>Lunes</b>     | <b>5</b> | LENTEJAS CON HUEVO/ MIX ENSALADAS  | ENSALADAS DE LA ESTACIÒN | SOPA O CREMA | PREELABORADO | FRUTA NATURAL | PAN/JUGO |
| <b>Martes</b>    | <b>6</b> | JAMÓN RELLENO / MIX ENSALADAS      | ENSALADAS DE LA ESTACIÒN | SOPA O CREMA | PREELABORADO | FRUTA NATURAL | PAN/JUGO |
| <b>Miércoles</b> | <b>7</b> | FAJITAS RELLENAS / MIX ENSALADAS   | ENSALADAS DE LA ESTACIÒN | SOPA O CREMA | PREELABORADO | FRUTA NATURAL | PAN/JUGO |
| <b>Jueves</b>    | <b>8</b> | ENSALADA NEPTUNO                   | ENSALADAS DE LA ESTACIÒN | SOPA O CREMA | PREELABORADO | FRUTA NATURAL | PAN/JUGO |
| <b>Viernes</b>   | <b>9</b> | POLLO A LA PLANCHA / MIX ENSALADAS | ENSALADAS DE LA ESTACIÒN | SOPA O CREMA | PREELABORADO | FRUTA NATURAL | PAN/JUGO |

|                  |           |                                   |                          |              |              |               |          |
|------------------|-----------|-----------------------------------|--------------------------|--------------|--------------|---------------|----------|
| <b>Lunes</b>     | <b>12</b> | TORTA DE VERDURAS / MIX ENSALADAS | ENSALADAS DE LA ESTACIÒN | SOPA O CREMA | PREELABORADO | FRUTA NATURAL | PAN/JUGO |
| <b>Martes</b>    | <b>13</b> | MOLDE DE AVE / MIX ENSALADAS      | ENSALADAS DE LA ESTACIÒN | SOPA O CREMA | PREELABORADO | FRUTA NATURAL | PAN/JUGO |
| <b>Miércoles</b> | <b>14</b> | CROQUETA DE CARNE / MIX ENSALADAS | ENSALADAS DE LA ESTACIÒN | SOPA O CREMA | PREELABORADO | FRUTA NATURAL | PAN/JUGO |
| <b>Jueves</b>    | <b>15</b> | QUICHE LORAINE/ MIX ENSALADAS     | ENSALADAS DE LA ESTACIÒN | SOPA O CREMA | PREELABORADO | FRUTA NATURAL | PAN/JUGO |
| <b>Viernes</b>   | <b>16</b> | TIMBAL DE ATUN / MIX ENSALADAS    | ENSALADAS DE LA ESTACIÒN | SOPA O CREMA | PREELABORADO | FRUTA NATURAL | PAN/JUGO |

|                  |           |                                       |                          |              |              |               |          |
|------------------|-----------|---------------------------------------|--------------------------|--------------|--------------|---------------|----------|
| <b>Lunes</b>     | <b>19</b> | SALPICON DE VERDURAS Y POLLO          | ENSALADAS DE LA ESTACIÒN | SOPA O CREMA | PREELABORADO | FRUTA NATURAL | PAN/JUGO |
| <b>Martes</b>    | <b>20</b> | TOMATE RELLENO / MIX ENSALADAS        | ENSALADAS DE LA ESTACIÒN | SOPA O CREMA | PREELABORADO | FRUTA NATURAL | PAN/JUGO |
| <b>Miércoles</b> | <b>21</b> | OMELLETTE CHAMPIÑON / MIX ENSALADAS   | ENSALADAS DE LA ESTACIÒN | SOPA O CREMA | PREELABORADO | FRUTA NATURAL | PAN/JUGO |
| <b>Jueves</b>    | <b>22</b> | TORTILLA DE ZANAHORIA / MIX ENSALADAS | ENSALADAS DE LA ESTACIÒN | SOPA O CREMA | PREELABORADO | FRUTA NATURAL | PAN/JUGO |
| <b>Viernes</b>   | <b>23</b> | AMOLDADO DE COLIFLOR / MIX ESALADAS   | ENSALADAS DE LA ESTACIÒN | SOPA O CREMA | PREELABORADO | FRUTA NATURAL | PAN/JUGO |

|                  |           |  |                          |              |              |               |          |
|------------------|-----------|--|--------------------------|--------------|--------------|---------------|----------|
| <b>Miercoles</b> | <b>28</b> | TORTILLA DE BROCOLI / MIX ENSALADAS    | ENSALADAS DE LA ESTACIÒN | SOPA O CREMA | PREELABORADO | FRUTA NATURAL | PAN/JUGO |
| <b>Jueves</b>    | <b>29</b> | PIMENTON RELLENO / MIX ENSALADA        | ENSALADAS DE LA ESTACIÒN | SOPA O CREMA | PREELABORADO | FRUTA NATURAL | PAN/JUGO |
| <b>Viernes</b>   | <b>30</b> | PASCUALINA DE VERDURAS / MIX ENSALADAS | ENSALADAS DE LA ESTACIÒN | SOPA O CREMA | PREELABORADO | FRUTA NATURAL | PAN/JUGO |

|  |
|--|
| <p>Evelyn Figueroa Muñoz<br/>                 Nutricionista<br/>                 Lic. En Nutrición y dietética</p>  |
|--|