

MENÙ HIPOCALORICO	AÑO 2017
--------------------------	-----------------

JULIO	ALTERNATIVAS PLATO DE FONDO	ALTERNATIVAS ENSALADAS	SOPA/ CREMA	ALTERNATIVAS POSTRES	PAN/JUGO
--------------	------------------------------------	-------------------------------	--------------------	-----------------------------	-----------------

Lunes	3	BISTEC DE VACUNO / MIX ENSALADAS	ENSALADAS DE LA ESTACIÒN	SOPA O CREMA	PREELABORADO	FRUTA NATURAL	PAN/JUGO
Martes	4	TORTILLA DE ACELGA / MIX ENSALADAS	ENSALADAS DE LA ESTACIÒN	SOPA O CREMA	PREELABORADO	FRUTA NATURAL	PAN/JUGO
Miércoles	5	MARISCOS EN SALSA VERDE / MIX ENSALADAS	ENSALADAS DE LA ESTACIÒN	SOPA O CREMA	PREELABORADO	FRUTA NATURAL	PAN/JUGO
Jueves	6	CROQUETAS DE COLIFLOR/ MIX ENSALADAS	ENSALADAS DE LA ESTACIÒN	SOPA O CREMA	PREELABORADO	FRUTA NATURAL	PAN/JUGO
Viernes	7	ZAPALLOS RELLENOS / MIX ENSALADAS	ENSALADAS DE LA ESTACIÒN	SOPA O CREMA	PREELABORADO	FRUTA NATURAL	PAN/JUGO

Lunes	10	TORTILLA DE ZANAHORIA / MIX ENSALADAS	ENSALADAS DE LA ESTACIÒN	SOPA O CREMA	PREELABORADO	FRUTA NATURAL	PAN/JUGO
Martes	11	TOMATE RELLENO / MIX ENSALADAS	ENSALADAS DE LA ESTACIÒN	SOPA O CREMA	PREELABORADO	FRUTA NATURAL	PAN/JUGO
Miércoles	12	FAJITAS RELLENAS / MIX ENSALADAS	ENSALADAS DE LA ESTACIÒN	SOPA O CREMA	PREELABORADO	FRUTA NATURAL	PAN/JUGO
Jueves	13	OMELETTE DE VERDURAS / MIX ENSALADAS	ENSALADAS DE LA ESTACIÒN	SOPA O CREMA	PREELABORADO	FRUTA NATURAL	PAN/JUGO
Viernes	14	PASCUALINA DE VERDURAS / MIX ENSALADAS	ENSALADAS DE LA ESTACIÒN	SOPA O CREMA	PREELABORADO	FRUTA NATURAL	PAN/JUGO

Lunes	17	PALTA REINA / MIX ENSALADAS	ENSALADAS DE LA ESTACIÒN	SOPA O CREMA	PREELABORADO	FRUTA NATURAL	PAN/JUGO
Martes	18	TORTILLA DE VERDURAS / MIX ENSALADAS	ENSALADAS DE LA ESTACIÒN	SOPA O CREMA	PREELABORADO	FRUTA NATURAL	PAN/JUGO
Miércoles	19	FAJITAS RELLENAS / MIX ENSALADAS	ENSALADAS DE LA ESTACIÒN	SOPA O CREMA	PREELABORADO	FRUTA NATURAL	PAN/JUGO
Jueves	20	NIÑITOS ENVUELTOS / MIX ENSALADAS	ENSALADAS DE LA ESTACIÒN	SOPA O CREMA	PREELABORADO	FRUTA NATURAL	PAN/JUGO
Viernes	21	AMOLDADOS DE ZANAHORIA / MIX ENSALADAS	ENSALADAS DE LA ESTACIÒN	SOPA O CREMA	PREELABORADO	FRUTA NATURAL	PAN/JUGO

Lunes	24	HUEVO / JAMÓN / MIX ENSALADAS	ENSALADAS DE LA ESTACIÒN	SOPA O CREMA	PREELABORADO	FRUTA NATURAL	PAN/JUGO
Martes	25	TORTILLA DE COLIFLOR / MIX ENSALADAS	ENSALADAS DE LA ESTACIÒN	SOPA O CREMA	PREELABORADO	FRUTA NATURAL	PAN/JUGO
Miércoles	26	SALTEADO DE CHAMPIÑÒN Y CARNE/ MIX ENSALADAS	ENSALADAS DE LA ESTACIÒN	SOPA O CREMA	PREELABORADO	FRUTA NATURAL	PAN/JUGO
Jueves	27	TORTA DE VERDURAS / MIX ENSALADAS	ENSALADAS DE LA ESTACIÒN	SOPA O CREMA	PREELABORADO	FRUTA NATURAL	PAN/JUGO
Viernes	28	CROQUETA DE ZANAHORIA / MIX ENSALADAS	ENSALADAS DE LA ESTACIÒN	SOPA O CREMA	PREELABORADO	FRUTA NATURAL	PAN/JUGO

Lunes	31	QUICHE LORRAINE / MIX ENSALADAS	ENSALADAS DE LA ESTACIÒN	SOPA O CREMA	PREELABORADO	FRUTA NATURAL	PAN/JUGO
--------------	-----------	---------------------------------	--------------------------	--------------	--------------	---------------	----------

Evelyn Figueroa Muñoz

Nutricionista

Lic. En Nutrición y dietética



Evelyn Figueroa Muñoz