

MENÚ COMIDA DIARIA MES DE MARZO 2023

SEMANA 1.

LUNES. (6 de marzo)

Sopa: - sopa de frejol con espinaca
Fuente: - cariucho de pollo
- ensalada,
- arroz
Postre: torta de chocolate
Bebida: jugo de fruta

JUEVES (9 de marzo)

Sopa: - sopa de cebada con verduras
Fuente: - llapingachos con chorizo
- ensalada
Postre: fruta de temporada
Bebida: jugo de fruta

MARTES (7 de marzo)

Sopa: - sopa de quinua
Fuente: - bistec de res con salsa roja
- ensalada,
- arroz
Postre: almíbar de fruta
Bebida: jugo de fruta

VIERNES (10 de marzo)

Sopa: - sopa de fideo con queso
Fuente: - filete de pescado al limón
- ensalada,
- arroz
Postre: bizcocho de pasas
Bebida: jugo de fruta

MIÉRCOLES (8 de marzo)

Sopa: - sopa de chifles
Fuente: - fajitas de pollo
-ensalada,
-arroz
Postre: mousse de taxo
Bebida: jugo de fruta

SEMANA 2.

LUNES (13 de marzo)

Sopa: -crema de zanahoria
Fuente: -estofado de res con papas
-arroz
-ensalada
Postre: torta de zanahoria
Bebida: jugo de fruta

JUEVES. (16 de marzo)

Sopa: -sopa de pollo
Fuente: -arroz relleno
-ensalada
Postre: frutillas con crema
Bebida: jugo de fruta

MARTES (14 de marzo)

Sopa: - sancocho
Fuente: - pechugas de pollo
Apanado con pimienta
-ensalada,
-arroz
Postre: almíbar de fruta
Bebida: jugo de fruta

VIERNES (17 de marzo)

Sopa: - locro de acelga
Fuente: -salteado de res
- ensalada,
- arroz
Postre: manzana gratinada
Bebida: jugo de fruta

MIÉRCOLES (15 de marzo)

Sopa: - sopa de lluspas
Fuente: - chuletas con cerveza
-ensalada,
-arroz
Postre: postre de gelatina
Bebida: jugo de fruta

SEMANA 3.

LUNES. (20 de marzo)

Sopa: - sopa de habas tiernas
Fuente: - fricase de pollo
- ensalada,
Postre: torta capuchina
Bebida: jugo de fruta

JUEVES (23 de marzo)

Sopa: - sopa de verduras
Fuente: - tallarines de pollo con queso
- ensalada,
Postre: almíbar de fruta
Bebida: jugo de fruta

MARTES (21 de marzo)

Sopa: - sopa de trigo con espinaca
Fuente: - cerdo al curry
arroz
- ensalada,
Postre: fruta con vino
Bebida: jugo de fruta

VIERNES. (24 de marzo)

Sopa: - crema de apio y papa
Fuente: - pescado apanado
con quinua
-arroz
-ensalada
Postre: crema de limón
Bebida: jugo de fruta

MIERCOLES. (22 de marzo)

Sopa: - sopa de bolas de verde
Fuente: - carne frita
- ensalada,
- arroz
Postre: ponqué amarillo
Bebida: jugo de fruta

SEMANA 4.

LUNES. (27 de marzo)

Sopa: -sopa de lenteja
Fuente: -bistec de res con cebolla
mandarina y anís
-ensalada
-arroz
Postre: torta marmoleada
Bebida: jugo de fruta

JUEVES (30 de marzo)

Sopa: - sopa de avena con verduras
Fuente: - fritada de pollo
- ensalada
Postre: postre de gelatina
Bebida: jugo de fruta

MARTES (28 de marzo)

Sopa: - crema de coliflor
Fuente: - pollo salteado con brócoli
- ensalada,
- arroz
Postre: piña con crema
Bebida: jugo de fruta

VIERNES. (31 de marzo)

Sopa: -locro de zapallo
Fuente: -carne apanada
-arroz
-ensalada
Postre: almíbar de fruta
Bebida: jugo de fruta

MIERCOLES. (29 de marzo)

Sopa: - sopa de patacones
Fuente: - chuleta de cerdo al café
- ensalada,
- arroz
Postre: mousse de naranjilla
Bebida: jugo de fruta