

### Minuta mes de mayo

	semana 1				
	Lunes 05-05	Martes 06-05	Miércoles 07-05	Jueves 08-05	Viernes 09-05
<b>SOPA</b>	Crema de champiñón	Consomé reina	Sopa de pavo con chuchoca	crema de verduras	sopa de carne con fideos
<b>Ensalada</b>	Lechuga rabanitos	Apio con aceituna	coles	Repollo blanco	pepino orégano
	Mix de repolló y zanahoria	Lechuga sésamo	Zanahoria	Ceviche de cochayuyo	Zapallo italiano con zanahoria
	Tomate a la chilena	Betarraga con cebolla	Lechuga	Lechuga	Lechuga
<b>Principal 1</b>		Asado mechado			Merluza a la catalana
	menestrón	Spaguetti al cilantro	Lentejas a la parmesana	Lasagna bolognesa	Arroz con pimentón
<b>Principal 2</b>	Mongoliana de cerdo	Huevo frio	Strogonoff de ave	Lomo de cerdo al vino tinto	Pollo al jugo
	Arroz criollo	Charquicán de verduras	Arroz graneado	Papas rusticas	Pure de papa
<b>Hipocalórico</b>	Bowl tipo cesar pollo	Bowl fritos de acelga-zanahoria	Bowl de atún	Bowl asado a la olla	Bowl huevo duro
<b>Vegetariano</b>	Porotos con rienda	Huevo frito			Croqueta de soya
		Charquicán de verduras	Lentejas guisadas	Lasagna vegetariana	Pure de papas
<b>Postre</b>	Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural
	macedonia	Compota de ciruela	Pure de fruta	Tutti frutti	Compota de pera
	Jalea	jalea	Jalea	Jalea	jalea
	Queque	Pie de limon	Panqueque con manjar	Brownie	Calzones rotos
	Flan con crema	Maicena con leche y salsa	Sémola con leche y salsa	Natilla	Cremell de leche

	SEMANA 2				
	Lunes 12-05	Martes 13-05	Miércoles 14-05	Jueves 15-05	Viernes 16-05
<b>SOPA</b>	Consomé al huevo	Sopa de sémola	Crema de choclo	Sopa de fideos	Crema de champiñon
<b>Ensalada</b>	Apio	Lechuga	Ceviche de cochayuyo	Arvejas con cebolla	Lechuga-
	zanahoria	Apio cilantro	Lechuga	lechuga	Zanahoria-pepino
	Tomate- acelga	Betarraga	Espinaca-tomate-choclo	Mix de repollo	Lechuga
<b>Principal 1</b>	vienesas	Cazuela de ave	Chorizo	Cerdo agridulce	Carbonada de vacuno
	Porotos con riendas		Garbanzos con verduras	Papas fritas	
<b>Principal 2</b>	Vacuno saltado	Merluza apanada	Goulash de vacuno	Pollo asado	Pastas bontoux
	Spaguetti al perejil	Arroz graneado	Espirales	Budín de verduras	
<b>hipocalórico</b>	Bowl Pechuga de ave	Bowl de atun	Bowl Omelette de verduras	Bowl de pollo asado	Bowl huevo duro
<b>Vegetariano</b>	Porotos con riendas	Fritos de coliflor	Garbanzos con verduras	Budín de verduras	Albóndiga atomatado soya
		Arroz graneado		Papas fritas	spaguetti
<b>Postre</b>	Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural
	Piña al jugo	Macedonia	Manzana asada	Compota de fruta	Tutti frutti
	Jalea bicolor	Jalea	Jalea con fruta	Jalea	Jalea
	Queque	Kuchen de fruta	Torta	Brownie	Pie de limon
	Flan con salsa	Maicena con leche con salsa	cremell	Natilla	Merengón de café

semana 3					
	Lunes 19-05	Martes 20-05	Miércoles 21-05	Jueves 22-05	Viernes 23-05
<b>SOPA</b>	Crema de champiñón	Consomé de ave		Crema de choclo	Consomé de vacuno
<b>Ensalada</b>	Lechuga	Betarraga a la chilena		Pepino- choclo	Lechuga con aceituna
	Tomate	Lechuga		Lechuga	Zanahoria pepinillos
	Apio rabanito	Zapallito con zanahoria		Tomate a la chilena	Repollo
<b>Principal 1</b>	Huevo rallado	Salsa bolognesa		Fritos de coliflor	Estofado de cerdo
	Lentejas con arroz	Espirales		Papas rusticas	
<b>Principal 2</b>	Pechuga de ave al jugo	Asado a la olla		Pollo asado	Merluza apanada
	Arroz con zanahoria	Pure de papa		Spaguetti al cilantro	Arroz al morrón
<b>hipocalórico</b>	Bowl huevo relleno jamón queso	Bowl tipo cesar		Bowl de atún	Bowl de vacuno
<b>Vegetariano</b>	Huevo rallado	Salsa bolognesa soya		Fritos de coliflor	Hamburguesa de verduras
	Lentejas con arroz	espirales		Papas rusticas	Arroz al morrón
<b>Postre</b>	Fruta natural	Fruta natural		Fruta Natural	Fruta natural
	Tutti frutti	Compota de manzana		Tutti Frutti	Ciruela al jugo
	Jalea	Jalea		Jalea	Jalea
	Brownie	cocadas		Torta	Calzones Rotos
	Flan con crema	Maicena con leche		Natilla	Sémola con leche

Semana 4					
	Lunes 26-05	Martes 27-05	Miércoles 28-05	Jueves 29-05	Viernes 30-05
<b>SOPA</b>	Consomé al huevo	Sopa de vacuno	Crema de verduras	Sopa con chuchoca	Sopas de sémola
<b>Ensalada</b>	Lechuga	Coles	Betarraga	Ceviche de porotos	Tomate
	Choclo	Lechuga	Arvejas con cebolla	Lechuga	Lechuga
	Mix de repollo	zanahoria	Lechuga	Apio -zanahoria	Zapallo italiano
<b>Principal 1</b>	Longaniza	Merluza a la francesa	Huevo rallado	Cerdo a la mostaza	Arvejado de ave
	Garbanzos guisados	Papas rusticas	Lentejas con verduras	Pure de papa	
<b>Principal 2</b>	Ragout de vacuno	Pechuga de ave al jugo		Pizza napolitana	Salsa italiana
	Mostaccioli a la mantequilla	Arroz perla	Lasagna de pollo con verduras		Arroz perla
<b>hipocalórico</b>	Bowl de atún	Bowl salpicón de ave	Bowl Omelette de verduras-champiñon	Zapallito italiano relleno con carne y arroz	Bowl huevo duro
<b>Vegetariano</b>		Croqueta de soya		Pizza vegetariana	
	Garbanzos guisados	Papas rusticas	Huevo rallado Lentejas con verduras		Tortilla de verduras Papas doradas
<b>Postre</b>	Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural
	Macedonia	Piña al jugo	Manzana asada con merengue	Compota mixta	Tutti frutti
	Jalea	Jalea	Jalea fruta	jalea	Jalea
	queque	Kuchen de fruta	torta	Brownie	Pie de limón
	Flan con crema	Avena con leche	Cremell	Merengón de café	Natilla

