





# Menú

Almuerzo

Primaria

ENERO





### Lunes 1 y Martes 2

## FERIADO AÑO NUEVO

### Miércoles 03

-  Salón a la mostaza
-  Camarón al ajillo
-  Arroz al perejil
-  Arroz integral
-  Chips de yuca
-  Patacones
-  Ensalada del día
-  Jugo del día
-  Postre del día

### Jueves 04

-  Seco de carne
-  Pechuga de pollo al horno
-  Arroz amarillo
-  Arroz integral
-  Tortilla de maduro
-  Mote pillo
-  Ensalada del día
-  Jugo del día
-  Postre del día

### Viernes 05

-  Taco de cerdo
-  Chimichangas
-  Arroz atomatado
-  Arroz integral
-  Ronditos con guacamole
-  Quesadilla mexicana
-  Ensalada del día
-  Jugo del día
-  Postre del día

### Lunes 08

-  Cesina de res
-  Pescado apanado
-  Arroz al azafrán
-  Arroz integral
-  Maduro caramelizado
-  Menestra de frejol
-  Ensalada del día
-  Jugo del día
-  Postre del día

### Martes 09

-  Pollo broaster
-  Chuleta chimichurri
-  Arroz blanco
-  Arroz integral
-  Papa francesa
-  Rollo de col
-  Ensalada del día
-  Jugo del día
-  Postre del día

### Miércoles 10

-  Enrollado de pollo
-  Lomo con champiñones
-  Arroz al curry
-  Arroz integral
-  Vegetales tempurizados
-  Pimiento relleno
-  Ensalada del día
-  Jugo del día
-  Postre del día

### Jueves 11

-  Pollo al horno
-  Chuleta a la plancha
-  Arroz al perejil
-  Arroz integral
-  Menestra de arveja
-  Espárragos al gratén
-  Ensalada del día
-  Jugo del día
-  Postre del día

### Viernes 12

-  Carne bolognesa
-  Pechuga de pollo al pesto
-  Arroz blanco
-  Spaguetti salteado mantequilla y orégano
-  Pan de ajo
-  Croqueta de papa y espinaca
-  Ensalada del día
-  Jugo del día
-  Postre del día





### Lunes 15

-  Salón al curry
-  Nuggets de pollo
-  Arroz blanco
-  Arroz integral
-  Mote pillo
-  Papa francesa
-  Ensalada del día
-  Jugo del día
-  Postre del día

### Martes 16

-  Atun a la madre
-  Lomo al ajillo
-  Arroz con arveja zanahoria
-  Arroz integral
-  Muchin de yuca
-  Maduro
-  Ensalada del día
-  Jugo del día
-  Postre del día

### Miércoles 17

-  Cerdo en salsa tamarindo
-  Hamburguesa
-  Arroz blanco
-  pan hamburguesa
-  vegetales tempurizados
-  Chips de camote
-  Ensalada del día
-  Jugo del día
-  Postre del día

### Jueves 18

-  Lomo napolitano
-  Pechuga de pollo al ajo
-  Arroz con verduras
-  Arroz integral
-  Puré de yuca
-  Papa chaucha salteada
-  Ensalada del día
-  Jugo del día
-  Postre del día

### Viernes 19

-  Cheeese Burguer con tocino
-  Hamburguesa de pollo
-  Arroz atomatado
-  Arroz integral
-  papas fritas
-  Onion rings
-  Ensalada del día
-  Jugo del día
-  Postre del día

### Lunes 22

-  Milanesa de res
-  Medallón de pavo en salsa tártara
-  Arroz pilaf
-  Arroz integral
-  Puré de papa
-  Yuca en salsa de queso
-  Ensalada del día
-  Jugo del día
-  Postre del día

### Martes 23

-  Pechuga de pollo a la pamesana
-  Lasaña mixta
-  Arroz al azafrán
-  Arroz integral
-  Souffle de zucchini
-  Polenta
-  Ensalada del día
-  Jugo del día
-  Postre del día

### Miercoles 24

-  Galantina de pavo
-  Medallon de cerdo a la mostaza
-  Arroz blanco
-  Arroz integral
-  Puré de zanahoria blanca
-  Lasaña de berenjena
-  Ensalada del día
-  Jugo del día
-  Postre del día

### Jueves 25

-  Pollo teriyaki
-  Lomo salteado peruano
-  Arroz frito
-  Rollo de col
-  Wantán frito salsa de mora
-  Ensalada del día
-  Jugo del día
-  Postre del día

### Viernes 26

-  Pechuga de pollo al ajo
-  Chuleta al chimichurry
-  Arroz moro
-  Papa chaucha salteada con queso
-  Choclo cocido con queso
-  Ensalada del día
-  Jugo del día
-  Postre del día





### Lunes 29

-  Pollo al horno
-  Fritada
-  Arroz amarillo
-  Mote sucio
-  Muchin de maduro
-  Ensalada del día
-  Jugo del día
-  Postre del día

### Martes 30

-  Lomo apanado
-  Pollo al horno
-  Arroz pilaf
-  Arroz integral
-  Camote con maní
-  Menestra de lenteja
-  Ensalada del día
-  Jugo del día
-  Postre del día

### Miércoles 31

-  Pescado apanado
-  Lomo a la plancha
-  Arroz a las finas hierbas
-  Arroz integral
-  Yuca mojito
-  Maduro a la naranja
-  Ensalada del día
-  Jugo del día
-  Postre del día

