

Bienvenidos a Comer Sano

| | | | | |
|---|--|---|---|--|
| <p>Lunes 03</p> <p>-3 variedades de ensaladas con maní y aceitunas. 2° ciclo: Salad Bar. -Adicional ensalada de cereales o leguminosas. -Fideos con boloñesa de pollo. Queso optativo. Alternativo guiso de verdura con proteína del día. -Yoghurt con cereales / Jalea / Fruta del día.</p> | <p>Martes 04</p> <p>"Degustación Aprendiendo a Comer"</p> <p>-3 variedades de ensaladas con almendras. 2° ciclo: Salad Bar. -Adicional ensalada de cereales o leguminosa. -Pescado con arroz. Adicional tomate. -Jalea con fruta natural / Fruta del día.</p> | <p>Miércoles 05</p> <p>3 variedades de ensaladas con quesoillo. -Empanada de pino o queso. -Queque con chocolate / Jalea / Fruta del día.</p> | <p>Jueves 06</p> <p>-3 variedades de ensaladas con palta. - 2° ciclo: Salad Bar. - 2 variedades de legumbres. Queso optativo. - 2° ciclo: chorizo de campo. -Puré de frutas con crema optativo / Jalea / Fruta del día.</p> | <p>Viernes 07</p> <p>-3 variedades de ensaladas con tomate y ciboulette. - 2° ciclo: Salad Bar. Adicional burgol / zanahoria. - Cubitos de cerdo con papas pre-fritas horneadas o fideos a la mantequilla. 2ª opción: cazuela -Helado en barquillo o postre dulce / Jalea / Fruta del día.</p> |
| <p>Lunes 10</p> <p>-3 variedades de ensaladas con queso o quesoillo. 2° ciclo: Salad Bar. -Adicional ensalada de cereales o leguminosas. -Fideos con salsa Alfredo (jamón con salsa blanca). Queso optativo. Alternativo guiso de verdura con proteína del día. -Yoghurt con cereales / Jalea / Fruta del día.</p> | <p>Martes 11</p> <p>-3 variedades de ensaladas con salsa de yoghurt y ciboulette. 2° ciclo: Salad Bar. -Adicional ensalada de cereales o leguminosa. 1° ciclo: arroz blanco optativo. -Carne con arroz árabe. Adicional tomate. Adicional pastelera. -Flan / Jalea / Fruta del día.</p> | <p>Miércoles 12</p> <p>3 variedades de ensaladas con aceituna / maní. 2° ciclo: Salad Bar. -Adicional ensalada de cereales o leguminosas. -Carbonada. 2° ciclo: refuerzo de fideos con pollo. -Compota de frutas/ Fruta del día / Pasas adicional.</p> | <p>Jueves 13</p> <p>-3 variedades de ensaladas con palmito. 2° ciclo: Salad Bar. -Adicional ensalada de quinoa / zanahoria. -2 variedades de legumbres. Queso optativo. 2° ciclo: refuerzo de fideos con pollo. -Puré de frutas con chocolate / Jalea / Fruta del día.</p> | <p>Viernes 14</p> <p>-3 variedades de ensaladas con atún. 2° ciclo: Salad Bar. -Adicional ensalada de quinoa. -Pollo asado con papas pre-fritas horneadas o fideos a la mantequilla. 2ª opción: cazuela. -Mix de cereales y frutos secos / Jalea / Fruta del día.</p> |
| <p>Lunes 17</p> <p>-3 variedades de ensaladas con maní. 2° ciclo: Salad Bar. -Adicional ensalada de cereales o leguminosas. -Fideos con boloñesa de pollo. Queso optativo. Alternativo guiso de verdura con proteína del día. -Yoghurt con cereales / Jalea / Fruta del día.</p> | <p>Martes 18</p> <p>-3 variedades de ensaladas con palta. -Adicional ensalada de quinoa. -Carne con papas duquesas o fideos a la mantequilla. 2ª opción: cazuela. -Jalea / Fruta del día / Mix de frutos secos.</p> | <p>Miércoles 19</p> <p>FELICES VACACIONES</p> | <p>Jueves 20</p> <p>FERIADO DÍA NACIONAL DE LOS PUEBLOS INDÍGENAS</p> | <p>Viernes 21</p> <p>FELICES VACACIONES</p> |

UNAS VACACIONES PARA EL DESARROLLO PERSONAL

Aprovechemos estas vacaciones para cultivar nuestros hábitos y valores; con una buena lectura, disfrutando recreativos paseos al aire libre, desarrollando la amistad, construyendo lazos familiares y buscando siempre ser buenas personas.