

LICEO DE CERVANTES

MES DE FEBRERO DE 2019

NOTA: EL MENU PUEDE SER MODIFICADO POR EVENTOS ESPECIALES

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
DÍA					1
SOPA					SOPA PASTA
PROTEÍNA PRINCIPAL					GOULASH RES
PROTEÍNA OPCIONAL					BAGRE A LA PLANCHA
CEREAL					ARROZ PEREJIL
ENERGÉTICO					PAPA SALADA
REGULADOR					ENSALADA MIXTA
FRUTA					FRUTA EN COSECHA
POSTRE					POSTRE
BEBIDA					JUGO NATURAL
OPCIONAL					BARRA ENSALADA
DÍA	4	5	6	7	8
SOPA	SOPA 3 GRANOS	SOPA ARROZ	CUCHUCO TRIGO	SOPA FIDEOS	SOPA MAZORCA
PROTEÍNA PRINCIPAL	LOMO CERDO EN SALSAS	TILAPIA FINAS HIERBAS	TERNERA EN SALSAS	CHUELTA DE CERDO	PARRILADA
PROTEÍNA OPCIONAL	CARNE PLANCHA	CERDO ASADO	PECHUGA PLANCHA	CARNE PICADA	
CEREAL	ARROZ PAJARITO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
ENERGÉTICO	PALITOS DE YUCA	TAJADAS DE PLATANO	CASCOS PAPA	YUCA DORADA	PAPA SALADA
REGULADOR	ENSLADA ROJA	ENSALADA PEPINO Y TOMATE	ENSALADA COLE SLOW	ENSALADA LUNA	AGUACATE
FRUTA	FRUTA EN COSECHA	FRUTA EN COSECHA	FRUTA EN COSECHA	FRUTA EN COSECHA	FRUTA EN COSECHA
POSTRE	POSTRE	POSTRE	POSTRE	POSTRE	POSTRE
BEBIDA	JUGO NATURAL	JUGO NATURAL	JUGO NATURAL	JUGO NATURAL	JUGO NATURAL
OPCIONAL	BARRA ENSALADA	BARRA ENSALADA	BARRA ENSALADA	BARRA ENSALADA	BARRA ENSALADA
DÍA	11	12	13	14	15
SOPA	SOPA AVENA	SOPA MAIZ	SOPA VERDURAS	SOPA CEBADA	SOPA PATACON
PROTEÍNA PRINCIPAL	POLLO HONEY MUSTARD	CARNE NAPOLITANA	POLLO CRIOLLO	POLLO DORADO	ARROZ ATOLLADO
PROTEÍNA OPCIONAL	TERNERA GLACEADA	PESCADO PLANCHA	CARNE PLANCHA	CARNE ASADA	ARROZ POLLO
CEREAL	ARROZ SALTEADO	ARROZ TIGRE	ARROZ BLANCO	ARROZ TIGRE	
ENERGÉTICO	PAPA AL PEREJIL	MEDALLONES PLATANO	PLATANO BOCADILLO-QUESO	PURE PAPA	DEDITOS DE YUCA
REGULADOR	ENSALADA VERDE	ENSALADA MAZORCA	ENSALADA LECHUGA ZANAHO	ENSALADA TROPICAL	TOMATE CON PERERJIL
FRUTA	FRUTA EN COSECHA	FRUTA EN COSECHA	FRUTA EN COSECHA	FRUTA EN COSECHA	FRUTA EN COSECHA
POSTRE	POSTRE	POSTRE	POSTRE	POSTRE	POSTRE
BEBIDA	JUGO NATURAL	JUGO NATURAL	JUGO NATURAL	JUGO NATURAL	JUGO NATURAL
OPCIONAL	BARRA ENSALADA	BARRA ENSALADA	BARRA ENSALADA	BARRA ENSALADA	BARRA ENSALADA
DÍA	18	19	20	21	22
SOPA	CREMA POLLO CON FOSFORTOS	SOPA AVENA	SOPA PATACON	CREMA ZANAHORIA	CAZUELA DE FRIJOL
PROTEÍNA PRINCIPAL	SPAGUETTI CON POLLO	CERDO TERIYAKI	PECHUGA GRATINADA	CARNE GLACEADA	CARNE ASADA
PROTEÍNA OPCIONAL	SPAGUETTI BOLOGÑESA	CARNE PLANCHA	SOBREBARRIGA HORNO	POLLO MECHADO	CHULETA DE CERDO
CEREAL		ARROZ PAJARITO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
ENERGÉTICO	PAN	PURE DE PAPA	PAPA AL PEREJIL	PAPA FRANCESA	PLATANO HORNO
REGULADOR	ENSALADA CAMPESTRE	ENSALADA ROJA	ENSALADA PEPINO Y TOMATE	TOMATE Y LECHUGA	ENSALADA PICO E GALLO
FRUTA	FRUTA EN COSECHA	FRUTA EN COSECHA	FRUTA EN COSECHA	FRUTA EN COSECHA	FRUTA EN COSECHA
POSTRE	POSTRE	POSTRE	POSTRE	POSTRE	POSTRE
BEBIDA	JUGO NATURAL	JUGO NATURAL	JUGO NATURAL	JUGO NATURAL	JUGO NATURAL
OPCIONAL	BARRA ENSALADA	BARRA ENSALADA	BARRA ENSALADA	BARRA ENSALADA	BARRA ENSALADA
DÍA	25	26	27	28	
SOPA	SOPA CARMELITA	SOPA MONDONGO	MUTE	SOPA CONCHITAS	
PROTEÍNA	POLLO CRIOLLO	FILETE PESCADIO AJILLO	SOBREBARRIGA A LA CRIOLLA	ALITAS A LA BBQ	
PROTEÍNA OPCIONAL	FILETE PEZ A LA PLANCHA/POLLO JULIANAS		PECHUGA PLANCHA	COSTILLAS CERDO PLANCHA	
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ MULTICOLOR	ARROZ BLANCO	ARROZ PAJARITO	
ENERGÉTICO	PAPA GRATINADA	TAJADA DE MADURO	PAPA FRANCESA	YUCA FRITA	
REGULADOR	TORTA DE VERDURAS	ENSALADA MIX	TOMATE EN RODAJAS	ENSALADA TURCA	
FRUTA	FRUTA EN COSECHA	FRUTA EN COSECHA	FRUTA EN COSECHA	FRUTA EN COSECHA	
POSTRE	POSTRE	POSTRE	POSTRE	POSTRE	
BEBIDA	JUGO NATURAL	JUGO NATURAL	JUGO NATURAL	JUGO NATURAL	
OPCIONAL	BARRA ENSALADA	BARRA ENSALADA	BARRA ENSALADA	BARRA ENSALADA	