

MENÚ DE FEBRERO

SEMANA 1

Todos los menús van acompañados por arroz blanco, jugo natural y fruta del día

MENÚ SALUDABLE

COLEGIO GIMNASIO LOS ROBLES

LUNES *de verduras*
CREMA DE VERDURAS
PAPA AL HORNO
CERDO AL HORNO
ZANAHORIA, ARVEJA

MARTES *de carne*
SOPA DE PLATANO
YUCA
CARNE ASADA
LECHUGA, TOMATE,
CEBOLLA

MIERCOLES *de pollo*
CONSOME
PLATANO MADURO
POLLO AL HORNO
REMOLACHA,
ZANAHORIA

JUEVES *de pasta*
PASTA
TAJADAS MADURAS
TIRAS DE LOMO
ZANAHORIA VICKY

VIERNES *de lentejas*
LENTEJAS
PATACONAS
POLLO DORADO
ZANAHO, ARVEJA

¡todos a comer saludable!



MENÚ DE FEBRERO

SEMANA 2

Todos los menús van acompañados por arroz blanco, jugo natural y fruta del día

MENÚ SALUDABLE

COLEGIO GIMNASIO LOS ROBLES

LUNES *de lasagna*
CONSOME
PAN FRANCÉS
LASAGNA
ESPINACA TOMATE

MARTES *de pollo*
SOPA DE ARRACACHA
CROQUETAS DE YUCA +
POLLO EN SALSA DE
CHAMPIÑONES
LECHUGA, TOMATE
CEBOLLA +

MIERCOLES *de México*
CREMA MEXICANA
TOSTONES
PECHUGA TIRAS
AGUACATE

JUEVES *de tilapia*
CONSOME
PAPA FRANCESA
TILAPIA APANADA
TOMATE VERDE
CEBOLLA

VIERNES *de pollo*
CAMPESINA
PURE DE PAPA
POLLO
ZANAHORIA, ALVERJA

¡todos a comer saludable!



MENÚ DE FEBRERO

SEMANA 3

Todos los menús van acompañados por arroz blanco, jugo natural y fruta del día

MENÚ SALUDABLE

COLEGIO GIMNASIO LOS ROBLES

LUNES *de pechuga*
CREMA DE CEBOLLA
PECHUGA ASADA
PAPA MAYONESA
TOMATE, LECHUGA

MARTES *de frijol*
FRIJOLES
PLÁTANO MADURO
CARNE MOLIDA
LECHUGA, TOMATE
CEBOLLA

MIÉRCOLES *de sobrebarriga*
SOPA DE ARRACACHA
PAPA CHORRIADA
SOBREBARRIGA
ESPINACA, FRESA

JUEVES *de arroz*
CREMA DE VERDURAS
YUCA
ARROZ MIXTO
TOMATE VERDE, CEBOLLA

VIERNES *de pollo*
CONSOME
PURE DE PAPA
POLLO A LA COCA COLA
HABICHUELA, ZANAHORIA

¡todos a comer saludable!



MENÚ DE FEBRERO

SEMANA 4

Todos los menús van acompañados por arroz blanco, jugo natural y fruta del día

MENÚ SALUDABLE

COLEGIO GIMNASIO LOS ROBLES

LUNES *de hamburguesa*
SOPA PUERRO
PAPA CRIOLLA
HAMBURGUESA
TOMATE, CEBOLLA

MARTES *de ajiaco*
AJIACO
MAZORCA, PAPA
POLLO
ZANAHORIA

MIÉRCOLES *de carne*
SOPA DE LETRAS
YUCA
ROLLO DE CARNE
REMOLACHA,
ZANAHORIA

JUEVES *de pescado*
CREMA DE AHUYAMA
PATACÓN
FILETE DE PESCADO
TOMATE VERDE
CEBOLLA

VIERNES *de pollo*
SOPA CAMPESINA
PAPA CUADROS
POLLO EN SALSA CRIOLLA
ZANAHORIA, ALVERJA

¡todos a comer saludable!

