Todos los menús van acompañados por arroz blanco, jugo natural y fruta de cosecha

MENÚ SALUDABLE

colegio gimnasio los robles

1 semana

Agosto

Lunes

*sopa minestrone
*Papas a la duquesa
*Muslos de pollo horneados
*ensalada roja

Martes

*crema chocolo y ahuyama
*Papas a la francesa
*Bolitas de carne a la criolla
*ensalada fresca de estación

Miércoles

*Crema de zanahoria
*Aborrado de plátano
* Pincho de res con cebolla
*Ensalada de aguacate y Durazno

Jueves

*Sopa de arracacha
* Torta de papa
* Colombinas de pollo y miel
* Zanahorias glaseadas

Viernes

* Sancocho
* Yuca y papa
* Pollo
* Espinacas salteadas en A.O

¡todos a comer saludable!

Todos los menús van acompañados por arroz blanco, jugo natural y fruta de cosecha

MENÚ SALUDABLE

colegio gimnasio los robles

Agosto 2 semana

Lunes

*Sopa de fideos
*Buñuelos de ahuyama
*Cerdo agridulce
*Ensalada de habichuela y palmitos

Martes

*Crema de tomate
*Pan frances
*Espaguetti a la Bolognesa
*Ensalada tropical

Miércoles

* Sopa de verduras
* Papas al vapor
* Tiritas de lomo salteado
* Ensalada waldorf

Jueves

* Crema de arvejas
* Tajadas de plátano
* Soufle de atún
* Ensalada verde

Viernes

* Ajiaco
* Mazorca
* Pollo
* Ensalada de aguacate y tomate

¡todos a comer saludable!

Todos los menús van acompañados por arroz blanco, jugo natural y fruta de cosecha

MENÚ SALUDABLE

colegio gimnasio los robles

Agosto 3 semana

Lunes

*Sopa mexicana
*Torta de papas en Yogurth
*pechuga gratinada
*Espinaca con melón

Martes

*Sopa de patacones
*Papas a la juliana
*Rollo de carne molida
*Tomate. lechuga y zanahoria

Miércoles

* Sopa de cebada perlada
* Tornillos al olivo
* medalloncito de cerdo
* Ensalada caliente

Jueves

* Sopa de verduras
* Palitos de yuca
* Pollo a la jardinera
* Tomate - Lechuga

Viernes

* Sopa de pescado
* Cascabelitos
* Filete de pescado en maracuya
* Pepino con maíz tierno

¡todos a comer saludable!

Todos los menús van acompañados por arroz blanco, jugo natural y fruta de cosecha

MENÚ SALUDABLE

colegio gimnasio los robles

Agosto 4 semana

Lunes

*Sopa oriental con fideos
*Soufle de papa
*Goulash de carne
*Ensalada de palitos

Martes

*Mazamorra de maíz
*Plátano al horno
*Mini hamburguesa de queso mozarella
*Tomate,lechuga varias

Miércoles

* Sopa de pastas
* Berenjena con plátano maduro
* Carne desmechada
* Torta de zanahoria

Jueves

* Crema de brocoli
* Croquetas de yuca
* Ensalada de pollo y manzanas

Viernes

* Cazuela de frijoles
* Papa salada
* Carne molida
* Ensalada de aguacate y lechuga

¡todos a comer saludable!