

Almuerzos Noviembre 2011

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		2 Carne al jugó con fideos/Pastel de atún con puré Postre: Tutifruti/ Maicena Hipocalórico: Pavo a la plancha	3 Pulpa de cerdo con arroz/ Tallarines con salsa Boloñesa Postre: Naranja frutilla/ Sémola Hipocalórico: Quiche de verduras	4 Pizza individual/Pollo Asado con papas fritas Postre: Jalea/ Helado Hipocalórico: Pescado
7 Puré con salchichas y huevo/ Zapallo Italiano con papas salteadas Postre: Tutifruti/ Flan Hipocalórico: Pollo a la plancha	8 Lasaña con salsa boloñesa /pollo al jugó con Arroz Postre: leche asada/ Jalea Hipocalórico: Churrasco a la plancha	9 Goulash con Arroz/Tallarines salsa jamón Postre: Tutifruti/ arroz con leche Hipocalórico: Pavo a la plancha	10 Pescado frito con puré/Porotos graneados Postre: Tutifruti/ Sémola Hipocalórico: Tortilla de verduras	11 2 Hot dog/ pollo apanado con arroz Postre: Jalea/ Helado Hipocalórico: Pescado
14 Canutones con salsa de jamón /pollo a la plancha con arroz Postre: plátano Frutilla/ Jalea Hipocalórico: pollo a la plancha	15 Guiso de Acelga con papas doradas/Pastel de papas Postre: Tutifruti/ yogurt Hipocalórico: Palta reina	16 Albóndigas con corbatitas/Chapsui de pollo con arroz Postre: arroz con leche/ Jalea Hipocalórico: Pavo a la plancha	17 Pescado frito con arroz/ Charquicán con huevo Postre: Tutifruti/ Sémola Hipocalórico: Pascualina	18 Lomito Italiano/ Pollo asado con Papas fritas Postre: Flan/ Helado Hipocalórico: Pescado
21 Tallarines con boloñesa/pavo al jugó con puré Postre: Tutifruti/ Sémola Hipocalórico: pollo a la plancha	22 Pulpa al horno con Arroz/Chapsui de pollo con Arroz Postre: Frutilla plátano/ maicena Hipocalórico: Churrasco a la plancha	23 Guiso de zapallo italiano con papas salteadas/Pollo al jugó con arroz Postre: Leche nevada/ Jalea Hipocalórico: Pavo a la plancha	24 Pescado frito con arroz / Porotos graneados Postre: Plátano Manjar/ Flan Hipocalórico: Tomate relleno	25 Hamburguesa/ Brochetas de pollo con puré Postre: Sémola/ Helado Hipocalórico: Pescado
28 Pollo Primavera con puré/Coditos con salsa de atún Postre: Frutilla/ Flan Hipocalórico: pollo a la plancha	29 Pastel de papas/ Raviolos con salsa pomodoro Postre: Arroz con leche/ Jalea Hipocalórico: Tortilla de verduras	30 Carne al jugó con corbatitas/porotos con pilco Postre: Tutifruti/ Sémola Hipocalórico: Pavo a la plancha		