

COLEGIO WARD					
MENU JUNIO 2023					
	LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31	JUEVES 1º	VIERNES 2
MENÚ PRINCIPAL	SOPA DEL DÍA	SOPA DEL DÍA	SOPA DEL DÍA	SOPA DEL DÍA	SOPA DEL DÍA
OPCIÓN				MILANESA DE TERNERA OPCIÓN NAPOLITANA PURE DE PAPAS	VARIEDAD DE PIZZAS (mozzarella, napolitana, fagazzetta, margarita)
MENÚ VEGETARIANO				FILET DE PESCADO AL HORNO, SALSA DE QUESO AZUL CON BATATA Y ZANAHORIA	REVUELTO GRAMAUJ TRADICIONAL papas baston, arvejas, jamon, huevo
MENÚ APTO CELIACO				SOPA DE VERDURAS MILANESA DE BERENJENAS CON BATATAS Y ZANAHORIAS	SOPA DE VERDURAS PIZZA DE TOMATE, MOZZARELLA Y RUCULA BROCHETTE DE VERDURAS
				SOPA APTO CELIACO MILANESA DE TERNERA, AL HORNO REBOZADOR APTO CELIACO PURE DE PAPAS	SOPA APTO CELIACO PIZZA APTO CELIACO O BIFE GRILLE CON CALABAZAS FRUTAS FRESCAS
	LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
MENÚ PRINCIPAL	SOPA DEL DÍA	SOPA DEL DÍA	SOPA DEL DÍA	SOPA DEL DÍA	SOPA DEL DÍA
OPCIÓN	COLITA DE CUADRIL AL HORNO SALSA DE CHAMPIGNONES PAPAS, CALABAZAS DORADAS	FILET DE PESCADO A LA ROMANA CON PURE DE PAPAS	RISSOTTO TRADICIONAL DE AVE (Pollo, arroz, arvejas, crema, verduras y especias)	NOOLIS, FIDEOS, MOSTACHOLES SALSAS TUCO, PARSIEIN, BLANCA	MILANESA DE TERNERA PAPAS Y BATATAS ESPAÑOLAS
MENÚ VEGETARIANO	VARIEDAD DE TARTAS JAMON Y QUESO, HUMITA, VERDURAS	TERNERITA A LA ESPAÑOLA CON CALABAZA	BONDIOLA DE CERDO ZANAHORIAS AL CARAMELO	BROCHETTE DE TERNERA CON MIL HOJAS DE VERDURA	CREPES DE VERDURA Y RICOTTA AL FILETTO
MENÚ APTO CELIACO	SOPA DE VERDURAS TARTA DE HUMITAS TARTA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS ALBONDIGAS DE LENTEJAS CON CALABAZA Y PAPA	SOPA DE VERDURAS CHOW FAN INTEGRAL ARROZ INTEGRAL SALTEADO CON VERDURAS Y SOJA	SOPA DE VERDURAS VARIEDAD DE PASTAS SALSAS SIN CARNE	SOPA DE VERDURAS MILANESA DE ZAPALLO CON ZANAHORIAS ASADAS
	SOPA APTO CELIACO COLITA DE CUADRIL AL HORNO SALSA SIN TACC PAPAS Y CALABAZAS DORADAS FRUTA FRESCA	SOPA APTO CELIACO ROLLS DE PESCADO CON PURE DE PAPAS FRUTA FRESCA	SOPA APTO CELIACO PECHUGA DE POLLO GRILLE CON CHOW FAN (Arroz salteado con verduras y salsa de soja)	SOPA APTO CELIACO PASTAS APTO CELIACO SALSA CASERA SIN TACC FRUTA FRESCA	SOPA APTO CELIACO MILANESA DE TERNERA AL HORNO REBOZADOR APTO CELIACO PAPAS, BATATAS Y ZANAHORIAS ASADAS FRUTA FRESCA
	LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
MENÚ PRINCIPAL	SOPA DEL DÍA	SOPA DEL DÍA	SOPA DEL DÍA	SOPA DEL DÍA	SOPA DEL DÍA
OPCIÓN	CAZUELA DE POLLO AL VERDEO PAPAS AL NATURAL	MILANESA DE TERNERA OPCIÓN NAPOLITANA PURE DE PAPAS Y PURE DE ZAPALLO	SAVOULES, TRABUZZONES, FIDEOS SALSA POMODORO BLANCA PARSIEIN	TACOS MEXICANOS (dátiles de pollo y carne con vegetales al wok)	STROGNONOFF DE TERNERA CON ARROZ AL OLEO
MENÚ VEGETARIANO	MILANESA DE SOJA SOUFFLE DE ESPINACA Y RICOTA	iiii MESA DULCE!!!! MIL HOJAS DE PESCADO	PRESTAS DE POLLO AL ROMERO CON VERDURAS ASADAS	CARRÉ DE CERDO MECHADO RUEIDAS DE CALABAZA AL OLEO	VARIEDAD DE TARTAS CAPRESSE, PUERRO, ZANAHORIA Y CHOCLO
MENÚ APTO CELIACO	SOPA DE VERDURAS MILANESA DE SOJA SOUFFLE DE ESPINACA Y RICOTA	SOPA DE VERDURAS TARTA CAPRESSE TARTA DE ZAPALLITOS	SOPA DE VERDURAS VARIEDAD DE PASTAS SALSAS SIN CARNE	SOPA DE VERDURAS TACOS VEGETARIANOS CON PAPAS BASTON Y CHEDDAR	SOPA DE VERDURAS TARTA CAPRESSE, DE PUERRO TARTA DE ZANAHORIA Y CHOCLO
	SOPA APTO CELIACO PECHUGA DE POLLO GRILLE CON SOUFFLE DE ESPINACAS FRUTA FRESCA	SOPA APTO CELIACO MILANESA DE TERNERA, REBOZADOR APTO CELIACO ARROZ AL OLEO FRUTA FRESCA	SOPA APTO CELIACO PASTAS APTO CELIACO SALSA CASERA SIN TACC FRUTA FRESCA	SOPA APTO CELIACO CARRÉ DE CERDO AL HORNO RUEIDAS DE CALABAZA AL OLEO FRUTA FRESCA	SOPA APTO CELIACO BIFECITO DE TERNERA A LA PLANCHA CON ARROZ Y ZANAHORIAS FRUTA FRESCA
	LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
MENÚ PRINCIPAL			SOPA DEL DÍA	SOPA DEL DÍA	SOPA DEL DÍA
OPCIÓN			CAPELETTIS, FUSILES, SPAGUETTIS SALSAS 4 QUESO, POMODORO Y ROSA	PASTEL DE PAPAS ESCOLAR (carne cortada a cuchillo, puré de papas, especias)	MILANESA DE POLLO SALSA CREMA DE CHOCLO PAPAS Y BATATAS AL ROMERO
MENÚ VEGETARIANO			MILANESA DE SOJA A LA SUIZA JULIANA DE VERDURAS	CARRÉ DE CERDO SALSA MOSTAZA Y MIEL CON CHIPS DE ZANAHORIA Y BOÑATO	LENTEJAS A LA ESPAÑOLA
MENÚ APTO CELIACO			SOPA DE VERDURAS VARIEDAD DE PASTAS SALSAS SIN CARNES	SOPA DE VERDURAS MILANESA DE BERENJENAS CON PURE DE CALABAZA	SOPA DE VERDURAS WOK DE LENTEJAS Y VEGETALES
			SOPA APTO CELIACO PASTAS APTO CELIACO SALSA CASERA SIN TACC FRUTA FRESCA	SOPA APTO CELIACO ROLLS DE PESCADO AL HORNO PURE DE CALABAZA FRUTA FRESCA	SOPA APTO CELIACO MILANESA DE POLLO AL HORNO REBOZADOR APTO CELIACO PAPAS Y BATATAS AL ROMERO FRUTA FRESCA
	LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
MENÚ PRINCIPAL	SOPA DEL DÍA	SOPA DEL DÍA	SOPA DEL DÍA	SOPA DEL DÍA	SOPA DEL DÍA
OPCIÓN	POLLO AL HORNO SALSA DE PUERRO ARROZ AL OLEO	TERNERITA A LA ESPAÑOLA CON PAPAS	SORRENTINOS, FIDEOS, LASAGNA DE JAMON Y QUESO SALSAS 4 QUESOS, POMODORO, BECHAMEL Y PESTO	MILANESA DE TERNERA CON PURE MIXTO	FILET DE PESCADO A LA ROMANA CON PAPAS Y BATATAS ASADAS
MENÚ VEGETARIANO	VARIEDAD DE TARTAS JAMON Y QUESO, PUERRO, CAPRESSE	MILANESA DE SOJA A LA NAPOLITANA CON ESPINACAS A LA CREMA	iiiiii PLATO ESPECIAL!!!! POLLO AL HORNO SALSA DE HONGOS CON PAPAS CUÑA	LOCRO TRADICIONAL	CARRÉ DE CERDO AL HORNO MECHADO PURE AMARILLO DE ZANAHORIAS Y BOÑATO
MENÚ APTO CELIACO	SOPA DE VERDURAS TARTA DE ZAPALLITOS TARTA DE PUERRO Y CAPRESSE	SOPA DE VERDURAS MILANESA DE SOJA NAPOLITANA CON ESPINACAS A LA CREMA	SOPA DE VERDURAS VAREMDO DE PASTAS VARIEDAD DE SALSAS SIN CARNE	SOPA DE VERDURAS LOCRO VEGETARIANO	SOPA DE VERDURAS HAMBURGUESA DE LENTEJAS CON VERDURAS ASADAS
	SOPA APTO CELIACO POLLO AL HORNO SALSA APTO CELIACO CON ARROZ FRUTA FRESCA	SOPA APTO CELIACO BIFE A LA PLANCHA CON PURE DE PAPAS FRUTA FRESCA	SOPA APTO CELIACO PASTAS APTO CELIACO SALSA CASERA SIN TACC FRUTA FRESCA	SOPA APTO CELIACO MILANESA DE TERNERA, AL HORNO REBOZADOR APTO CELIACO PURE MIXTO FRUTA FRESCA	SOPA APTO CELIACO ROLLS DE PESCADO O BIFECITO DE CERDO CON PAPAS Y BATATAS ASADAS FRUTA FRESCA

NOTA
DIARIAMENTE HAY ALTERNATIVAS DE ENSALADAS FRESCAS DE ESTACIÓN
HAY VARIEDAD DE POSTRES, COMO ENSALADA DE FRUTAS, GELATINAS, FLANES, COMPOTAS Y MUCHAS OTRAS
TODOS LOS DIAS SE OFRECEN VARIEDAD DE FRUTAS FRESCAS, TANTO ENTERAS COMO FILETEADAS, DEBIDAMENTE SANITIZADAS
POR POLITICA DE LA EMPRESA NO SE DAN PREPARACIONES CON CARNE PICADA.
EL MENÚ APTO CELIACO SE BRINDA CON PRESCRIPCIÓN MÉDICA O SOLICITUD POR ESCRITO DE ADULTO MAYOR.
EL MENÚ VEGGIE SE BRINDA CON SOLICITUD POR ESCRITO DE ADULTO MAYOR.
SOLICITANDO O HAY ALTERNATIVAS DE BIFE O POLLO DIARIAMENTE
ASESORAMIENTO NUTRICIONAL
LIC LUZ VIEYRA CARDEPONT

