



COLEGIO WARD  
MENUS

MES DE OCTUBRE 2022

	LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
MENÚ PRINCIPAL	ENSALADAS FRESCAS POLLO AL HORNO SALSA DE CHAMPIGNON CON CALABAZA, BATATAS Y PAPAS	ENSALADAS FRESCAS RÔQUIS, FUCILES TRES VEGETALES, FIDEOS SALSAS TUCO, PORTUGUESA, QUESOS	ENSALADAS FRESCAS MILANESA DE TERNERA ARROZ PRIMAVERA	ENSALADAS FRESCAS VARIEDAD DE PIZZAS MOZZARELLA, NAPOLITANA, FUGAZZETTA	FERIADO NACIONAL
OPCIÓN	MILANESA DE SOJA TORTILLA DE VEGETALES	NUGGET'S CASEROS DE PESCADO JULIANA DE VEGETALES	VARIEDAD DE TARTAS JAMON Y QUESO, PASCUALINA, PUERRO	CARRE DE CERDO SALSA BARBACOA ZANAHORIAS GLACEADAS	
MENÚ APTO CELIACO	ENSALADA APTO CELIACO PECHUGA DE POLLO GRILLE CON CALABAZAS, BATATAS Y ZANAHORIAS FRUTAS FRESCAS	ENSALADA APTO CELIACO ROLLS DE PESCADO AL HORNO JULIANA DE VERDURAS FRUTAS FRESCAS	ENSALADA APTO CELIACO MILANESA DE TERNERA APTO CELIACO CON ARROZ SALTEADO CON VEGETALES FRUTAS FRESCAS	ENSALADA APTO CELIACO BIFECITO DE CERDO GRILLE CON PAPAS BASTON Y ZANAHORIAS FRUTAS FRESCAS	
MENÚ VEGETARIANO	ENSALADAS FRESCAS MILANESA DE SOJA AL HORNO TORTILLA DE VEGETALES FRUTAS FRESCAS	ENSALADAS FRESCAS VARIEDAD DE PASTAS SALSAS DE TOMATE, BECHAMEL FRUTAS FRESCAS	ENSALADAS FRESCAS MILANESA DE BERENJENAS ACELGAS SALTEADAS CON SEMILLAS FRUTAS FRESCAS	ENSALADAS FRESCAS VARIEDAD DE PIZZAS, SIN JAMON O WOK DE VEGETALES Y BROTOS DE SOJA FRUTAS FRESCAS	
	LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
MENÚ PRINCIPAL	FERIADO NACIONAL	ENSALADAS FRESCAS RAVIOLES, TALLARINES, MOSTACHOLES SALSAS QUESOS, PARSISEN, BECHAMEL	ENSALADAS FRESCAS RISOTTO TRADICIONAL DE POLLO (pollo, arroz, crema, verduras, especias)	ENSALADAS FRESCAS TACOS MEXICANOS (dados de carne, de pollo, juliana de verduras) PAPAS BASTON	ENSALADAS FRESCAS MILANESA DE TERNERA PURE MIXTO
OPCIÓN		MILANESA DE SOJA JULIANA DE VERDURAS	VARIEDAD DE TARTAS CAPRESSE, VERDURA, JAMÓN Y QUESO	CARRE DE CERDO MECHADO ML HOJAS DE VEGETALES	LASAGNA DE ESPINACA Y QUESO EN SALSA DE TOMATE Y ALBAHACA
MENÚ APTO CELIACO		ENSALADA APTO CELIACO PASTAS APTO CELIACO SALSA CASERA SIN TACC FRUTAS FRESCAS	ENSALADA APTO CELIACO PECHUGA DE POLLO GRILLE CON ARROZ Y VERDURITAS FRUTAS FRESCAS	ENSALADA APTO CELIACO BIFE GRILLE CON VERDURAS FRUTAS FRESCAS	ENSALADA APTO CELIACO MILANESA DE TERNERA APTO CELIACO CON PAPAS Y CALABAZAS AL HORNO FRUTAS FRESCAS
MENÚ VEGETARIANO		ENSALADAS FRESCAS MILANESA DE SOJA JULIANA DE VEGETALES FRUTAS FRESCAS	ENSALADAS FRESCAS TARTA DE VERDURA TARTA CAPRESSE FRUTAS FRESCAS	ENSALADAS FRESCAS TACOS DE VERDURA CON PAPAS BASTON FRUTAS FRESCAS	ENSALADAS FRESCAS LASAGNA DE ESPINACAS CON SALSA DE TOMATE Y ALBAHACA FRUTAS FRESCAS
	LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
MENÚ PRINCIPAL	ENSALADAS FRESCAS CARNE AL HORNO SALSA DEMIGLACE CON PAPAS, BATATAS	ENSALADAS FRESCAS FILET DE PESCADO A LA ROMANA CON PURE DE PAPAS	ENSALADAS FRESCAS RAVIOLES, FIDEOS, TIRABUZZONES SALSAS TUCO, PARSISEN, ROSA	ENSALADAS FRESCAS MILANESA DE POLLO CON PAPAS, CALABAZAS ASADAS	ENSALADAS FRESCAS CARNE AL HORNO CON ARROZ
OPCIÓN	LASAGNA DE JAMON Y QUESO CON SALSA ROSSINI	VARIEDAD DE TARTAS JAMON Y QUESO, PUERRO, VERDURA	BIFECITOS A LA CRIOLLA	MATAMBrito DE CERDO A LA PIZZAIOLA CON CHIPS DE BATATAS Y ZANAHORIAS	MILANESA DE SOJA NAPOLITANA CON ACELGA A LA CREMA
MENÚ APTO CELIACO	ENSALADA APTO CELIACO BIFE A LA PLANCHA CON PAPAS Y BATATAS AL ROMERO FRUTAS FRESCAS	ENSALADA APTO CELIACO ROLLS DE PESCADO CON ESPINACAS Y PAPAS FRUTAS FRESCAS	ENSALADA APTO CELIACO BIFE A LA PLANCHA CON RUEDAS DE CALABAZA AL OLEO FRUTAS FRESCAS	ENSALADA APTO CELIACO MILANESA DE POLLO APTO CELIACO CON PAPAS DORADAS FRUTAS FRESCAS	ENSALADA APTO CELIACO BIFECITO GRILLE CON ARROZ SALTEADO CON ACELGA FRUTAS FRESCAS
MENÚ VEGETARIANO	ENSALADAS FRESCAS ALBONDIGAS DE GARBANZOS CON VERDURAS FRUTAS FRESCAS	ENSALADAS FRESCAS TARTA DE PUERRO TARTA DE VERDURA FRUTAS FRESCAS	ENSALADAS FRESCAS FIDEOS SALSA DE TOMATE Y ESPECIAS FRUTAS FRESCAS	ENSALADAS FRESCAS MILANESA DE BERENJENAS CON CHIPS DE ZANAHORIAS Y CALABAZAS FRUTAS FRESCAS	ENSALADAS FRESCAS MILANESA DE SOJA ACELGA A LA CREMA FRUTAS FRESCAS
	LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
MENÚ PRINCIPAL	ENSALADAS FRESCAS POLLO AL HORNO CON PAPAS AL VERDEDO	ENSALADAS FRESCAS CAPELETTIS, TIRABUZZONES Y FIDEOS SALSAS ESTOFADO, PARSISEN Y BECHAMEL		ENSALADAS FRESCAS TACOS MEXICANOS (de carne, de pollo, juliana de verduras) PAPAS BASTON Y CHEDDAR	ENSALADAS FRESCAS MILANESA DE TERNERA CON ARROZ PRIMAVERA
OPCIÓN	CHAW MEIN (tallarines salteados con vegetales y salsa de soja)	MIL HOJAS DE POLLO	NO HAY ALMUERZOS	BONDIOLA DE CERDO MECHADA CON RUEDAS DE CALABAZA	VARIEDAD DE TARTAS JAMON Y QUESO, PUERRO, HUMITA
MENÚ APTO CELIACO	ENSALADA APTO CELIACO PECHUGA DE POLLO GRILLE CON PAPAS FRUTAS FRESCAS	ENSALADA APTO CELIACO PASTAS APTO CELIACO SALSA APTO CELIACO FRUTAS FRESCAS		ENSALADA APTO CELIACO BIFECITO DE CERDO GRILLE CON PAPAS Y VEGETALES FRUTAS FRESCAS	ENSALADA APTO CELIACO MILANESA DE TERNERA APTO CELIACO CON ARROZ Y VEGETALES FRUTAS FRESCAS
MENÚ VEGETARIANO	ENSALADAS FRESCAS CHAW MEIN TALLARINES CON WOK DE VEGETALES Y SALSA DE SOJA FRUTAS FRESCAS	ENSALADAS FRESCAS VARIEDAD DE PASTAS CON SALSAS FRUTAS FRESCAS		ENSALADAS FRESCAS TACOS DE VERDURAS CON PAPAS BASTON Y ZANAHORIAS CHIPS FRUTAS FRESCAS	ENSALADAS FRESCAS TARTA DE PUERRO TARTA PASCUALINA FRUTAS FRESCAS
	LUNES 31	MARTES 1º DE NOVIEMBRE	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
MENÚ PRINCIPAL	ENSALADAS FRESCAS CARNE AL HORNO SALSA MOSTAZA CON ARROZ SABORIZADO	ENSALADAS FRESCAS MILANESA DE POLLO CON PURE DE PAPAS Y PURE DE ZAPALLO	ENSALADAS FRESCAS TORTELETTIS, FIDEOS, MOSTACHOLES SALSAS	ENSALADAS FRESCAS PASTEL DE PAPAS ESCOLAR (carne cortada a cuchillo, puré de papas, especias)	ENSALADAS FRESCAS VARIEDAD DE PIZZAS MOZZARELLA, NAPOLITANA, FUGAZZETTA, MARGARITA
OPCIÓN	CREPS DE VERDURA CON SALSA ROSA	BONDIOLA MECHADA CON ESPINACAS A LA CREMA	MATAMBrito DE TERNERA TIERNIZADO TORTILLA DE VERDURAS	MILANESA DE SOJA A LA SUJZA JULIANA DE VEGETALES	BROCHETTE DE POLLO VERDURAS EN JULIANA
MENÚ APTO CELIACO	ENSALADA APTO CELIACO CARNE AL HORNO, SALSA APTO CELIACO CON ARROZ FRUTAS FRESCAS	ENSALADA APTO CELIACO MILANESA DE POLLO APTO CELIACO CON PAPAS Y ZAPALLOS FRUTAS FRESCAS	ENSALADA APTO CELIACO MATAMBrito APTO CELIACO TORTILLA APTO CELIACO FRUTAS FRESCAS	ENSALADA APTO CELIACO BIFE A LA PLANCHA WOK DE VEGETALES FRUTAS FRESCAS	ENSALADA APTO CELIACO PIZZA APTO CELIACO O PECHUGA DE POLLO GRILLE CON RUEDAS DE CALABAZA AL OLEO
MENÚ VEGETARIANO	ENSALADAS FRESCAS CREP'S DE VERDURA CON SALSA ROSA FRUTAS FRESCAS	ENSALADAS FRESCAS MILANESA DE BERENJENAS CON ESPINACAS A LA CREMA Y SEMILLAS FRUTAS FRESCAS	ENSALADAS FRESCAS VARIEDAD DE PASTAS VARIEDAD DE SALSAS SIN CARNE FRUTAS FRESCAS	ENSALADAS FRESCAS PASTEL DE LENTEJAS FRUTAS FRESCAS	ENSALADAS FRESCAS VARIEDAD DE PIZZA MUZZARELLA, NAPOLITANA, FRUTAS FRESCAS

NOTA  
 TODOS LOS DÍAS HAY VARIEDAD DE VERDURAS FRESCAS DE ESTACIÓN.  
 TODOS LOS DÍAS HAY VARIEDAD DE FRUTAS FRESCAS DE ESTACIÓN, FILETEADAS, CORTADAS O ENTERAS A ELECCION.  
 POR POLÍTICA DE LA EMPRESA NO SE DAN PREPARACIONES CON CARNE PICADA.  
 DIABETICAMENTE HAY ALTERNATIVA DE BIFE O POLLO SOLICITANDOLAS.  
 SE BRINDAN DIETAS INDIVIDUALES DE SER NECESARIO, POR PRESCRIPCIÓN MÉDICA O SOLICITUD DE LOS PADRES.  
 INFORMACION NUTRICIONAL: calidadynutricion@cooksrf.com.ar  
 Lic. Luz Vieyra Capdeponet  
 info@cooksrf.com.ar

