





MENÚ MES DE OCTUBRE Sto Domingo

Nuestro menú diario consiste en:

-  Plato principal (menú u opción)
-  Mesas de ensaladas
-  Fruta o postre
-  Pan y Agua



		Martes 1	Miércoles 2	Jueves 3	Viernes 4
Menú		Salpicón de pollo Sobre colchón de lechuga Pionono relleno con dulce de leche	Pescado a la marinera Papas con huevo duro Gelatina con frutas	Ravioles de verdura con salsa rosa Ensalada de frutas	Mc día feliz
Opción		Croquetas de arroz Ensalada Fruta	Tortilla de verduras Ensalada de tomate con orégano Fruta	Omelette de arvejas Ensalada de zanahoria y choclo Fruta	Moñitas de colores con salsa fileto Fruta
	Lunes 7	Martes 8	Miércoles 9	Jueves 10	Viernes 11
Menú	Milanesa de pollo Con Puré Fruta de estación	Carne al horno con chips de boniatos Mouse de fruta	Formitas de pescado Arroz primavera Crema caramelo	Tallarines con salsa boloñesa Ensalada de fruta	Pizza con muzarella Y con gustos Helado
Opción	Tallarines lou mien Fruta	Tarta de queso y cebolla Papas en cubos Fruta	Pañuelitos de verdura con salsa de tomate Fruta	Milanesas de jamón y queso Ensaladas Fruta	Soufflé de verduras Ens de remolacha Fruta
	Lunes 14	Martes 15	Miércoles 16	Jueves 17	Viernes 18
Menú	Milanesas de carne Arroz saltado Fruta de estación	Pastel de carne Ens de zanahoria y tomate Merengues bañados	Milanesa de pescado Arroz saltado Mouse de fruta	Macarrones con salsa de queso Ensalada de fruta	Panchos al pan con gustos Papas fritas Helado
Opción	Tortilla de papas Ensaladas Fruta	Pionono olímpico Fruta	Milanesa de berenjena con arroz amarillo Fruta	Torre de vegetales con salsa de tomate Fruta	Huevos rellenos con atún sobre colchón de lechuga Fruta
	Lunes 21	Martes 22	Miércoles 23	Jueves 24	Viernes 25
Menú	Milanesa de Pollo Puré de colores Fruta de estación	Spaguetis con tuco de pollo Salchichón de chocolate	Pescado al dorado Papas y boniatos al horno Flan con dulce	Spaguetis con tuco de pollo Ensalada de frutas	Calzones de jamón y queso o de carne Helado
Opción	Tomates rellenos con atún sobre colchón de lechuga Fruta	Torta de puerros con chips de vegetales Fruta	Milanesas de zapallitos con Fruta	Empanadas de humita y carne Fruta	Omelette finas hierbas con ensaladas Fruta
	Lunes 28	Martes 29	Miércoles 30	Jueves 31	Viernes 1

Menú	Milanesa Puré Fruta de estación	Ñoquis con salsa Gelatina de colores	Pizza de pescado Papines con perejil Tora flan	Strogonof de carne con arroz Ensalada de fruta	Hamburguesas al pan con papas fritas Helado
Opción	Tortilla de verduras con puré Frtua	Chop suey de verdura con arroz Fruta	Torta dorada con ensaladas Fruta	Parmegiana de berenjena con papas Fruta	Tarta de choclo jamón y queso Ensaladas Fruta

Por consultas: www.healthandfood.com.uy