

MINUTA
AMERICAN

SURFOODS



SEPTIEMBRE

2017

SOLUCIONES EN ALIMENTOS

Lunes 04

Primer Plato *Ensalada
Sopa*

Plato de Fondo *Ajiaco*

Hipocalórico *Ensalada Mediterránea*

Postre *tutti frutti*

Martes 05

Primer Plato *Ensalada
Sopa*

Plato de Fondo *Menestrón*

Hipocalórico *Tortilla de verduras*

Postre *Jalea con Merengue*

Miércoles 06

Primer Plato *Ensalada
Sopa*

Plato de Fondo *Pollo Asado con Papas
Fritas*

Hipocalórico *Carne en Salsa con
Ensalada*

Postre *Arroz con leche y canela*

Jueves 07

Primer Plato *Ensalada
Sopa*

Plato de Fondo *Chuletas Asadas con Puré*

Hipocalórico *Pescado con Ensalada*

Postre *Queque de Limón*

Viernes 08

Primer Plato *Ensalada
Sopa*

Plato de Fondo *Carne Arvejada con Arroz*

Hipocalórico *Pollo con Ensalada*

Postre *Yogurt*



SURFOODS

SOLUCIONES EN ALIMENTOS

Lunes 11

Primer Plato	Ensalada Sopa
Plato de Fondo	Arroz Primavera con Asado Aleman
Hipocalórico	Lasaña de Atún y Espinacas
Postre	Fruta Natural

Martes 12

Primer Plato	Ensalada Sopa
Plato de Fondo	Lentejas con Carne Ahumada
Hipocalórico	Ensalada Cesar
	Flan de Chocolate con Caramelo

Miércoles 13

Primer Plato	Ensalada Sopa
Plato de Fondo	Pizza
Hipocalórico	Palta Reina con Molde de Arroz
Postre	Macedonia

Jueves 14

Primer Plato	Ensalada Sopa
Plato de Fondo	Pastel de Papas
Hipocalórico	Pavo con Espirales Integrales
Postre	Mote con Huesillos

Viernes 15

Primer Plato	Ensalada
Plato de Fondo	Espirales en Salsa con Pollo Estofado
Hipocalórico	Vegetariano
Postre	Duraznos con Crema

