

**CESFAM V.M.F.**

SEMANA DEL 02 AL 06 DE FEBRERO

ENTRADA

ALTERNATIVAS	LUNES 02	MARTES 03	MIERCOLES 04	JUEVES 05	VIERNES 06
SOPAS O CREMAS	Sopa de carne con arroz	Sopa de ave con sémola	Crema de choclo	Consomé de verduras	Crema de espiráculos
SALAD BAR	Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar

PLATO DE FONDO

ALTERNATIVAS	LUNES 02	MARTES 03	MIERCOLES 04	JUEVES 05	VIERNES 06
MENU NORMAL	Pollo al jugo con espiráculos en ss.	Came asada c/ porotos c/ mazamorra	Chapeau de ave con arroz chafañán	Pastel de papas	Lomo de cerdo a la mostaza con papas duquesas y verd. Grillada
MENU HIPOCALORICO	Pechuga grille con fideos y verduras	Niños envueltos	Croqueta de pescado salpicón	Ens mediterranea	
MENU VEGETARIANO	Croqueta de verduras con espiráculos en ss.	Niños envueltos en salsa	Chipsui de verduras con arroz chafañán	Pastel de papas con proteína vegetal	Hamburguesa de quinoa con papas duquesas y verd. Grillada

POSTRES

ALTERNATIVAS	LUNES 02	MARTES 03	MIERCOLES 04	JUEVES 05	VIERNES 06
PREPARADOS	Bar de postres				

SEMANA DEL 09 AL 13 DE FEBRERO

ENTRADA

ALTERNATIVAS	LUNES 09	MARTES 10	MIERCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
SOPAS O CREMAS	Sopa de ave con arroz	Crema de verduras	Sopa de carne con fideos	Crema de choclo	Consomé carolina
SALAD BAR	Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar

PLATO DE FONDO

ALTERNATIVAS	LUNES 09	MARTES 10	MIERCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
MENU NORMAL	Came al jugo con espiráculos al orégano	Callitos a la madrileña con arroz	ana de vacuno con lentejas guisadas	Pollo asado con Budín bicolor	Lomo de vacuno
MENU HIPOCALORICO	Ensalada de fideos canutos con pollo	Churrasco con ensaladas surtidas	Pescado al jugo con tortilla de pollo verde y arroz	Pechuga grille al orégano con ens. de cuscús, tomate, lechuga	Fettuccini en salsa huancaina
MENU VEGETARIANO	Omelette de championes con con salpicón de verduras	hamburguesa vegetariana con arroz	Huevo frito con lentejas guisadas	Hamburguesa de soya Budín bicolor	Fritos de porotos verdes con fettuccini en salsa huancaina

POSTRES

ALTERNATIVAS	LUNES 09	MARTES 10	MIERCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
PREPARADOS	Bar de postres				

SEMANA DEL 16 AL 20 DE FEBRERO

ENTRADA

ALTERNATIVAS	LUNES 16	MARTES 17	MIERCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
SOPAS O CREMAS	Sopa de carne con fideos	Crema de espiráculos	Sopa de verduras	Crema de choclo	Sopa de ave con sémola
SALAD BAR	Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar

PLATO DE FONDO

ALTERNATIVAS	LUNES 16	MARTES 17	MIERCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
MENU NORMAL	Humita con tomate	Came mitrón con arroz árabe	onganiza con garbanzos guisado	Salsa de ave/champiñón con espirales tres colores	Salmón en Ss de alcáparas papas doradas y pastelera
MENU HIPOCALORICO	Gohan de pollo crispy	Asado alemán con ensaladas	Tacos de vacuno con verd y guacamole	budín de pescado	Puré florentino
MENU VEGETARIANO	Humita con tomate	Croqueta de lentejas con ensaladas	Tacos de verduras con verd y guacamole	Salsa de champiñón con espirales tres colores	Falafel con papas dorada y verduras

POSTRES

ALTERNATIVAS	LUNES 16	MARTES 17	MIERCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
PREPARADOS	Bar de postres				

SEMANA DEL 23 AL 27 DE FEBRERO

ENTRADA

ALTERNATIVAS	LUNES 23	MARTES 24	MIERCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
SOPAS O CREMAS	Crema de espiráculos	Sopa de carne con fideos	Sopa de verduras con huevo	Crema de choclo	Sopa de vacuno con sémola
SALAD BAR	Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar

PLATO DE FONDO

ALTERNATIVAS	LUNES 23	MARTES 24	MIERCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
MENU NORMAL	Huevo con arevillas guisadas	Pollo al jugo con arroz jardinería	Pescado frito con papas mayo	Cazuela de vacuno	Lomo saltado con papas fritas y arroz
MENU HIPOCALORICO	Ensalada primaveral	Pescado a la vizcaina con papa al vapor	Pollo asado	Pastel de zapallito	
MENU VEGETARIANO	Huevo con arevillas guisadas	Pescado a la vizcaina con papa al vapor	Hamburguesa de quinoa espiráculos integradas y verd.	Pastel de zapallito con soya con molde de arroz	Huevo, papas fritas, arroz

POSTRES

ALTERNATIVAS	LUNES 23	MARTES 24	MIERCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
PREPARADOS	Bar de postres				