

MENÚ



Liceo de Cervantes

Bilingüe

NOVIEMBRE

2024

DIA	4 LUNES	5 MARTES	6 MIÉRCOLES	7 JUEVES	8 VIERNES	
PROTEINA		SPAGGUETI A LA CARBONARA	LOMO CERDO ASADO	AJIACO CON POLLO	ENCHILADAS MEXICANAS MIXTAS	
PROTEÍNA OPCIONAL			PESCADO A LA PARRILA			
CEREAL				ARROZ FLORENTINA	ARROZ BLANCO	NACHOS
ENERGÉTICO			PAPA VAPOR	PLATANO HORNO	MAZORCA	PAPA EN CASCOS
REGULADOR			ENSALADA ITALIANA	ENSALADA MEDITERRANEA	AGUACATE	GUACAMOLE MEXICANO
VERDURA CALIENTE		BROCOLI AL VAPOR	HABICHUELINES ASADOS	VERDURA CALIENTE	TORTA VERDURAS	
DIA	11 LUNES	12 MARTES	13 MIÉRCOLES	14 JUEVES	15 VIERNES	
PROTEINA		"ARROZ CON POLLO	POLLO DORADO	"PARRILADA: CHORIZO, CARNE		
PROTEÍNA OPCIONAL		ARROZ PAISA "	CHURRASCO	PECHUGA"		
CEREAL				ARROZ TIGRE		
ENERGÉTICO			PAPA PEREJIL	PAPA DORADA	PAPA CRIOLLA / PLATANO	
REGULADOR			TOMATE A LA MOZARELA	ENSALADA CESAR	GUACAMOLE	
VERDURA CALIENTE		CALABACIN GUISADO	MIX DE VERDURAS	VERDURA CALIENTE		

Todos los menús incluyen:

BARRA DE ENSALADA:	VARIEDAD DE VERDURAS FRESCAS Y VINAGRETA ADICIONAL
CEREAL O TUBERCULO:	EN LOS MENUS DE DIETAS SOLO SE OFRECE 1 DE ESTAS OPCIONES LA QUE EL ESTUDIANTE ELIJA
BARRA DE FRUTA:	VARIEDAD DE FRUTA SEGÚN COSECHA
BEBIDA:	JUGO NATURAL CON AZUCAR/ SIN AZUCAR Y AGUA
POSTRE:	PREPARACION CASERA



NOTA: EL MENU PUEDE SER MODIFICADO POR EVENTOS ESPECIALES