



MENU OCTOBER MENÚ OCTUBRE



DIA	28 LUNES	29 MARTES	30 MIÉRCOLES	1 JUEVES	2 VIERNES
SOUP SOPA				"CORN SOUP SOPA DE MUTE "	"GRAIN SOUP SOPA DE GRANOS"
PROTEIN PROTEÍNA				"BREADED GROUPER MERO APANADO"	"BBQ CHICKEN WINGS ALITAS DE POLLO BBQ"
OPTIONAL PROTEIN PROTEÍNA OPCIONAL				"SHREDDED PORK CERDO PICADO"	"SESAME RICE ARROZ AJONJOLI"
CEREAL				"VEGETABLE RICE ARROZ VERDURAS"	"CASSAVA STICKS PALITOS DE YUCA"
ENERGETIC ENERGÉTICO				"COUNTRY POTATOES PAPA CAMPESINA"	"SALAD BAR BARRA DE ENSALADAS"
REGULATOR REGULADOR				"SALAD BAR BARRA DE ENSALADAS"	"SALAD BAR BARRA DE ENSALADAS"

	10 LUNES	11 MARTES	12 MIÉRCOLES	13 JUEVES	14 VIERNES
DIA					
SOUP					
SOPA					
PROTEIN					
PROTEÍNA					
OPTIONAL PROTEIN					
PROTEÍNA OPCIONAL					
CEREAL					
CEREAL					
ENERGETIC					
ENERGÉTICO					
REGULATOR					
REGULADOR					
SEMANA DE RECESO					



DIA	12 LUNES	13 MARTES	14 MIÉRCOLES	15 JUEVES	16 VIERNES
SOUP SOPA		"BAKED TILAPIA TILAPIA AL HORNO"	"VALLUNA" PORK CHOP CHULETA VALLUNA "	"CARMELITA SOUP SOPA CARMELITA"	"FISH CONSOMMÉ CONSOME DE PESCADO"
PROTEIN PROTEÍNA		"GOLDEN CHICKEN POLLO DORADO"	"RUSTIC FLANK STEAK SOBREBARRIGA CRIOLLA"	"BBQ PORK CERDO BBQ"	"FISH FILLET IN SHRIMP SAUCE FILETE DE PESCADO EN SALSA DE CAMARONES"
OPTIONAL PROTEIN PROTEÍNA OPCIONAL		"RICE WITH PASTA ARROZ TIGRE "	"WHITE RICE ARROZ BLANCO"	"GRILLED CHICKEN BREAST PECHUGA A LA PLANCHA"	"GOLDEN DRUMSTICK MUSLOS DORADOS"
CEREAL		"RICE WITH PASTA ARROZ TIGRE "	"POTATO CHIPS PAPA CHIPS"	"RICE WITH CARROT ARROZ CON ZANAHORIA"	"GREEN COLOUR RICE ARROZ VERDE "
ENERGETIC ENERGÉTICO		"PLANTAIN COINS MONEDAS PLATANO"	"SALAD BAR BARRA DE ENSALADAS"	"CRIOLLA POTATOES CRIOLLITAS"	"FRIED PLANTAIN PATACON"
REGULATOR REGULADOR		"SALAD BAR BARRA DE ENSALADAS"	"SALAD BAR BARRA DE ENSALADAS"	"SALAD BAR BARRA DE ENSALADAS"	"SALAD BAR BARRA DE ENSALADAS"

DIA	19 LUNES	20 MARTES	21 MIÉRCOLES	22 JUEVES	23 VIERNES
SOUP SOPA	"OAT SOUP SOPA AVENA"	"PROVENCAL CHICKEN POLLO PROVENZAL"	"GREEN PLANTAIN SOUP SOPA COLICERO "	"CREAM OF PUMPKIN SOUP CREMA DE AHUYAMA"	"BEAN CASSEROLE CAZUELA DE FRIJOLAS"
PROTEIN PROTEÍNA	"GRILLED STEAK WITH CHIMICHURRI CHURRASCO CON CHIMICHURRI"	"GRILLED MEAT CARNE ASADA"	PIERNA PERNIL CHICKEN DRUMSTICK	"FISH IN MUSTARD SAUCE PESCADO EN SALSA DE MOSTAZA"	"GROUND MEAT/SAUSAGE CARNE EN POLVO/ CHORIZO"
OPTIONAL PROTEIN PROTEÍNA OPCIONAL	GRILLED CHICKEN BREAST PECHUGA PLANCHA	"GRILLED CHICKEN BREAST PECHUGA PLANCHA"	"GRILLED PORK CERDO PLANCHA"	"GOLDEN CHICKEN POLLO DORADO"	"WHITE RICE ARROZ BLANCO"
CEREAL	"RICE WITH CARROT ARROZ CON ZANAHORIA"	"WHITE RICE ARROZ BLANCO"	"RICE WITH PEAS ARROZ CON ARVEJA"	"PARSLEY RICE ARROZ PEREJIL"	"RIPE PLANTAIN PLATANO MADURO"
ENERGETIC ENERGÉTICO	"POTATO WEDGES CASQUITOS DE PAPA"	"ARRACHA CHIPS CHIPS DE ARRACACHA"	"BAKED RIPE PLANTAIN MADURO AL HORNO"	"GLAZED CRIOLLA POTATOES CRIOLLAS GLASEADAS"	"SALAD BAR BARRA DE ENSALADAS"
REGULATOR REGULADOR	"SALAD BAR BARRA DE ENSALADAS"	"SALAD BAR BARRA DE ENSALADAS"	"SALAD BAR BARRA DE ENSALADAS"	"SALAD BAR BARRA DE ENSALADAS"	"SALAD BAR BARRA DE ENSALADAS"

DIA	26 LUNES	27 MARTES	28 MIÉRCOLES	29 JUEVES	30 VIERNES
SOUP SOPA	"WHEAT SOUP SOPA DE TRIGO"	"BEEF STROGANOFF STROGANOFF DE RES"	"BARLEY CUCHUCO" SOUP CUCHUCO DE CEBADA"	"CREAM OF CARROT SOUP CREMA ZANAHORIA"	"MEAT HAMBURGER WITH CHEESE"
PROTEIN PROTEÍNA	"SWEET AND SOUR PORK CERDO AGRIDULCE"	"GRILLED CHICKEN BREAST PECHUGA PLANCHA"	"CHICKEN CORDON BLEU CORDON BLUE"	"BEEF STEW ESTOFADO DE CARNE"	"HAMBURGUESA DE CARNE CON QUESO"
OPTIONAL PROTEIN PROTEÍNA OPCIONAL	"STEWED CHICKEN POLLO SUDADO"	"WHITE RICE ARROZ BLANCO"	"SHREDDED MEAT CARNE MECHADA"	"CHICKEN IN SAUCE POLLO EN SALSA"	"FRENCH FRIES PAPA FRANCESA"
CEREAL	"YELLOW RICE ARROZ AMARILLO"	"CASSAVA STICKS PALITOS DE YUCA"	"RICE WITH PASTA ARROZ TIGRE"	"WHITE RICE ARROZ BLANCO"	"SALAD BAR BARRA DE ENSALADAS"
ENERGETIC ENERGÉTICO	"PARSLEY POTATOES PAPA PEREJIL"	"SALAD BAR BARRA DE ENSALADAS"	"PLANTAIN BASKET CANASTILLA DE PLATANO"	"STEAMED CRIOLLA POTATOES PAPA CRIOLLA AL VAPOR"	"SALAD BAR BARRA DE ENSALADAS"
REGULATOR REGULADOR	"SALAD BAR BARRA DE ENSALADAS"	"SALAD BAR BARRA DE ENSALADAS"	"SALAD BAR BARRA DE ENSALADAS"	"SALAD BAR BARRA DE ENSALADAS"	"SALAD BAR BARRA DE ENSALADAS"

NOTE: THE MENU MAY BE MODIFIED FOR
SPECIAL EVENTS

NOTA: EL MENU PUEDE SER MODIFICADO
POR EVENTOS ESPECIALES

ALL MENUS INCLUDE

Todos los menús incluyen:

SALAD BAR
BARRA DE ENSALADA

FRUIT BAR
BARRA DE FRUTA

DRINK
BEBIDA

DESSERT
POSTRE

VARIETY OF FRESH VEGETABLES AND ADDITIONAL VINAIGRETTE
VARIEDAD DE VERDURAS FRESCAS Y VINAGRETA ADICIONAL

VARIETY OF FRESH FRUIT ACCORDING TO THE SEASON
VARIEDAD DE FRUTA SEGÚN COSECHA

NATURAL JUICE WITH SUGAR/UNSWEETENED OR WATER
JUGO NATURAL CON AZÚCAR/ SIN AZÚCAR Y AGUA

HOMEMADE PREPARATION
PREPARACION CASERA