

MAYO 2024



HAGA SUS RESERVAS PARA EL ALMUERZO
AL MENOS UN DIA HABIL
DE ANTEMANO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		5/1 Bistec Salisbury con salsa de cebolla C Puré de papas con queso C Brócoli y coliflor Ensalada mixta con aderezo Fruta fresca de temporada	5/2 Boloñesa de pavo sobre espaguetis con queso parmesano C Coles de bruselas Remolacha y cebollas marinadas Jugo Pudín	5/3 CINCO DE MAYO Taco de pescado con salsa y crema agria Sopa de pozole <u>Guisantes y zanahorias</u> C Ensalada de col con cilantro Tortilla C Frutas tropicales
5/6 Omelet de queso con cheddar rallado y salsa Salchicha de pavo Papas rojas <u>Variedad de judías</u> Muffin de arándanos C Naranja fresca	5/7 Sándwich de pescado empanizado con queso, lechuga y salsa tártara Sopa de puerro y patata C Verduras de fiesta <u>Ensalada de zanahoria y pasas</u> Rollo de trigo integral Fruta mixta	5/8 Cazuela de enchiladas de pavo con salsa Maíz Mexicali Frijoles pintos C Cítricos Galleta	5/9 Cerdo kalua sobre arroz integral Sopa de huevo C Ensalada de col con piña <u>Verduras mixtas</u> Fruta fresca de temporada	5/10 DIA DE LA MADRE Pollo Cordon Bleu C Puré de papas <u>Verduras italianas</u> Pan con mantequilla Jugo Pastel de zanahoria y pasas
5/13 Pescado Vera Cruz Sopa minestrone C Verduras de fiesta Pilaf de arroz Fruta fresca de temporada	5/14 C Pastel de pavo con puré de papas Ensalada mixta con aderezo Rollo de trigo integral con mantequilla Duraznos en rodajas	5/15 Pollo mozzarella Espaguetis integral con salsa marinara <u>Verduras escandinavas</u> C Jugo Brownie	5/16 Albóndigas suecas Pasta integral con hierbas <u>Espinaca</u> Rollo de trigo integral con mantequilla C Mandarinas	5/17 Sándwich de Cerdo BBQ en pan suave C Ensalada de col cremosa con <u>zanahorias</u> Frijoles al horno Fruta fresca de temporada Sorbete
5/20 Pavo Tetrassini Sopa de lentejas Tomates estofados C Cítricos Helado	5/21 Piccata de cerdo <u>Zanahorias</u> Judías verdes Arroz integral C Mandarinas	5/22 + Ensalada Seafood Louie con cangrejo simulado y aderezo mil islas Sopa de guisantes partidos Rollo de trigo integral con mantequilla C Frutas tropicales	5/23 Pollo Marsala C Puré de papas <u>Verduras italianas</u> Rollo de trigo integral con mantequilla Gelatina con peras	5/24 Hamburguesa con queso, lechuga, tomate, cebolla, mostaza y ketchup en pan integral Gajos de papas <u>Ensalada de espinaca</u> con aderezo C Bayas frescas de temporada
5/27 El Día de los Caídos	5/28 Muslo de pollo BBQ Ensalada de papas Frijoles al horno <u>Verduras mixtas</u> C Naranja fresca Galleta	5/29 Arroz frito con cerdo Sopa de verduras asiáticas C Coliflor Jugo Helado	5/30 Pavo en rebanadas con salsa C Puré de papas <u>Verduras escandinavas</u> Rollo de trigo integral con mantequilla Fruta fresca de temporada	5/31 Sándwich de ensalada de atún con lechuga, tomate y cebolla en pan integral Sopa de tomate y albahaca Ensalada de 3 frijoles con <u>zanahorias</u> C Mandarinas

Todas las comidas se sirven con leche baja en grasa.

2 OPCIONES DE PLATO PRINCIPAL
ALTERNATIVO DIARIO: VEGETARIANO O
ENSALADA DESTACADA DE PLATO PRINCIPAL.

— Vitamina A
C Vitamina C

+ Mayor contenido de sodio