

MENÚ SEMANAL

SEMANA DEL 08 AL 12 DE JULIO / 2024

COMEDOR DELIFOODIES

	L	Kcal	M	Kcal	MI	Kcal	J	Kcal	V	Kcal
Sopa	CALDO DE LENTEJA	298,14	LOCRO DE PAPA	353,51	CALDO DE ALBÓNDIGAS	258,52	CREMA DE TOMATE	233,67	LOCRO DE LEGUMBRES	97,38
Plato fuerte	FIDEO VERDE POLLO A LA PLANCHA Y ENSALADA DE ZUCCHINIS	642,08	ARROZ AMARILLO, SECO DE CHANCHO, MADURO Y ENSALADA DE AGUACATE	366,17	ARROZ CUBANO CARNE MECHADA, ENSALADA DE PEPINO Y ZANAHORIA RALLADA	470,02	LASAGNA DE CARNE, PAN DE AJO Y ENSALADA FRESCA	795,9	ARROZ, SANGO DE ATÙN Y ENSALADA CRIOLLA	415,41
Jugo	Fruta de temporada (90-100 kcal)									
Postre (Alm. ejecutivo)	Postre (90-150kcal) o Fruta (50-90 kcal)									

MENÚ SEMANAL

SEMANA DEL 8 AL 12 DE JULIO / 2024

COMEDOR FADCOM

	L	Kcal	M	Kcal	MI	Kcal	J	Kcal	V	Kcal
Sopa	CREMA DE ZAPALLO	180,8	CALDO DE TORREJAS	209,00	CONSOMÉ DE POLLO	261,52	LOCRO DE PAPA	148,06	CALDO DE BOLAS DE CARNE	289,40
Plato fuerte	ARROZ BLANCO, SECO DE POLLO	421,64	ARROZ BLANCO, POLLO BBQ, ENSALADA DE FIDEOS CON VERDURA	513,14	ARROZ BLANCO, MENESTRA DE LENTEJA, PESCADO FRITO	416,02	ARROZ BLANCO, POLLO AL HORNO EN SALSA AL PESTO, ENSALADA DE COLESLAW	711,3	ARROZ BLANCO, CARNE EN SALSA DE TOMATE	310,17
Jugo	FRUTA DE TEMPORADA (90-100 Kcal)									

MENÚ SEMANAL

SEMANA DEL 08 - 12 JULIO / 2024

COMEDOR FCSH

	L	Kcal	M	Kcal	MI	Kcal	J	Kcal	V	Kcal
Sopa	LOCRO DE LEGUMBRES	263,73	SOPA DE LENTEJA CON QUESO	240,00	CHUPE DE CAMARÓN	305,3	CALDO DE BOLA DE CARNE	297,00	CALDO DE MONDONGO	147,62
	MENESTRÓN DE CARNE	306,19	SOPA DE HUESO	274,80	CREMA DE ZAPALLO	123,90	AGUADO DE POLLO	213,50	SANCOCHO DE PESCADO	250,4
Plato fuerte	ARROZ, CARNE GUISADA	486,74	ARROZ, CEVICHE MIXTO	471,13	ARROZ, CHULETA A LA BBQ, ENSALADA WARDLOF	683,40	ARROZ, SUDADO DE PESCADO, MADURO	342,0	ARROZ, LASAGNA DE CARNE, ENSALADA	550,00
	ARROZ, POLLO CON CHAMPIÑONES	518,20	MORO DE LENTEJA, BISTEC CON CARNE	365,68	ARROZ CON POLLO	301,30	ARROZ, TALLARÍN DÉ POLLO	505,50	ARROZ, SECO DE GALLINA	419,5
Jugo	Fruta de temporada (90-100 kcal)									
Postre (Alm. ejecutivo)	Postre (50-150 kcal)									

MENÚ SEMANAL

SEMANA DEL 8 AL 12 DE JULIO / 2024

COMEDOR DEL CELEX

	L	Kcal	M	Kcal	MI	Kcal	J	Kcal	V	Kcal
Sopa	CALDO DE LENTEJA CON CARNE	282,25	CALDO DE ALBÓNDIGAS CON QUESO	419,63	CONSOMÉ DE POLLO CHINO	288,74	SOPA DE FIDEO CON QUESO	298,6	LOCRO DE NABO	218,7
Plato fuerte	ARROZ, SECO DE CARNE	368,4	ARROZ, POLLO GUISADO	388,00	ARROZ, GUATITA Y MADURO	502,90	ARROZ, PESCADO FRITO MENESTRA DE LENTEJA	416,0	ARROZ, POLLO HORNADO; ENSALADA DE VERDURAS, ZANAHORIA, CHOCLO	496,8
Jugo	FRUTA DE TEMPORADA (90-100 Kcal)									