


AUTORIDAD ESCOLAR DE ALIMENTOS AIC CICLO 3/ OCTUBRE 2021

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1ro de octubre
				Fajitas de Pollo encebollado Arroz guisado con habichuelas rosadas Lechuga Romana y zanahorias rallada con aceite y vinagre 4
4 de octubre	5 de octubre	6 de octubre	7 de octubre	8 de octubre
Hamburguesa de Pechuga de pollo con queso americano en pan de grano entero Ensalada de Lechuga Romana y Tomate Papas "Wedges" al Horno	Carne de res guisada con papas Arroz blanco Habichuelas Pintas guisadas con calabaza Ensalada de Maíz Tierno	Espaguetis grano entero servido con pollo desmenuzado en salsa roja Ensalada de repollo y Zanahorias Panecillo	Filetes de Pollo Arroz blanco Habichuelas pintas guisadas con calabaza Ensalada de Brécol y tomate	Masitas de pavo guisadas Arroz guisado con habichuelas rosadas Ensalada de Repollo 1
11 de octubre	12 de octubre	13 de octubre	14 de octubre	15 de octubre
	Emparedado de Pavo en pan de grano entero Ensalada de Lechuga Americana y Tomate Papas "Wedge" al horno	Biftec de Res Encebollado Arroz Blanco Habichuelas Pintas Guisadas con Calabaza Brécol servido con Margarina	Caderas de Pollo guisadas Arroz blanco Habichuelas Coloradas guisadas Ensalada de Lechuga Romana y Tomate	Filetes de Pechuga de Pollo al horno Arroz Blanco Garbanzos Guisados con Calabaza Ensalada de repollo y Zanahoria con aceite y vinagre 2
18 de octubre	19 de octubre	20 de octubre	21 de octubre	22 de octubre
Albóndigas en salsa Arroz blanco Habichuelas coloradas guisadas con papas Brécol cocido con margarina	Emparedado de Pechuga de Pollo Ensalada de Lechuga romana y tomate Refrito de habichuelas servido con Queso Rallado	Ensalada de atún con papas, cebolla y pimientos Arroz blanco Garbanzos guisados con calabaza Habichuelas tiernas con aceite y vinagre	Coditos con pollo desmenuzado en Salsa Roja Panecillo de grano entero Ensalada de Repollo, zanahorias y maíz con Aceite y Vinagre	Masitas de Cerdo Encebolladas Arroz guisado con Habichuelas Pintas Ensalada de Maíz Tierno y Tomate con aderezo bajo en grasa 3
25 de octubre	26 de octubre	27 de octubre	28 de octubre	29 de octubre
Espaguetis de grano entero con Carne de Res en Salsa Roja Ensalada de Zanahorias con Habichuelas Tiernas Panecillo de grano entero	Chuleta al Horno Arroz blanco Habichuelas coloradas guisadas con calabaza Ensalada de Maíz tierno con Tomate y aderezo bajo en grasa	Emparedado de Pechuga de Pollo en pan de grano entero Ensalada de lechuga romana y Tomate Papas Majadas	"Turkey Pepper" Arroz grano entero guisado con gandules Ensalada de repollo y Zanahorias	Biftec de res encebollado Arroz de grano entero guisado con Habichuelas Rosadas Ensalada de Brécol y Zanahorias Aceite y vinagre 4

NOTA: SUJETO A CAMBIO POR ENTREGA Y DISPONIBILIDAD DEL PRODUCTO.

Todos los menús incluyen leche fresca, leche con vainilla o chocolatina. Fruta fresca o en almíbar liviano.