



Menú ENERO 2023

Tecla de Menú
 * Fuente de Vitamina A (≥ 840 mgs)
 + Fuente de Vitamina C (≥ 90 mgs)
 # Mucha Sal (≥ 1,000 mgs)
 @ Picoso
 V Vegetariana, con una base de vegetal.
 ** El Menú ha cambiado desde la primera impresión

Enero 2		Enero 3		Enero 4		Enero 5		Enero 6	
CERRADO		**+ Enchilada de Pollo y Queso con Salsa Verde, Arroz Español, Zanahorias con Pimientos y Cebollas		+ Jambalaya de Pollo, Arroz clásico, Verduras mezcladas de California		+ Stroganoff de Res, Pasta de Hierbas, Ejotes con Cebollas y Pimientos, Pan de Trigo		+ Pavo al Horno con Salsa de Hierbas, Puré de Papas, Zanahorias y Ejotes	
Enero 9		Enero 10		Enero 11		Enero 12		Enero 13	
V+ Guiso de Frijoles Toscanos con Tofu, Arroz Integral, Coliflor con Pimientos rojos y Cebolla Roja		*+ Pollo BBQ, Patatas dulces fritas, Guisantes Y Zanahorias		Res Asado, Puré de Papas, Vegetales de Temporada		+ Tres Quesos, Jamón, Pasta al Horno, Ejotes, Pan de Hierbas con Ajo		+ Albóndigas Suecas, Pasta De Hierbas, Guisantes y Zanahorias	
Enero 16		Enero 17		Enero 18		Enero 19		Enero 20	
CERRADO		+ Hot Dogs de res, Papas en Cubitos Sazonadas, Guisantes y Zanahorias		Espaguetis con Salsa de Carne Picante (Pavo), Ejotes Italianas con Cebolla		**Jamón al horno con Salsa de Arándanos y Piña, Papas Sazonadas, Vegetales de la Temporada, Pan de Trigo		+ Pastel de Pastor, Vegetales de Temporada, Pan de Trigo	
Enero 23		Enero 24		Enero 25		Enero 26		Enero 27	
V* Frittata de Verduras (Cebolla Roja, Pimiento, Calabacín, Espinaca, Queso), Zanahorias y Brócoli, Pan de Trigo		+ Ziti al Horno de Pavo, Ejotes al estilo Italiano		Res Estilo Italiano, Puré de Papas, Vegetales de Temporada, Pan de Trigo		*+ Carnitas de Cerdo, Arroz Español, Zanahorias con Pimientos y Cebollas		Pollo Parmesano, Espaguetis, Ejotes con Cebolla	
Enero 30		Enero 31							
V*+# Macarrones con queso de Santa Fe de Gerardo, Guisantes y Zanahorias con Pimiento, Pan de Trigo		Pork Chile Colorado, Baked Beans, Carrots with Onions							