

ENERO DE 2025



HAGA SU RESERVACIÓN PARA ALMOZAR CON AL MENOS UN DÍA HÁBIL DE ANTICIPACIÓN.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1/1 DÍA DE AÑO NUEVO	1/2 ALMUERZO DE AÑO NUEVO Pollo asado al horno Papas a la lionesa <u>Vegetales estilo italiano</u> Bollo de trigo integral con mantequilla C Naranja fresca Sorbete	1/3 Lomo de puerco con salsa de Dijon cremosa C Puré de papas batidas con ajo <u>Vegetales mixtos</u> Bollo de trigo integral con mantequilla C Frutas cítricas
1/6 Pollo a la griega Arroz integral C Coles de Bruselas Ensalada de tomate, pepino y queso feta C Naranja fresca Brownie	1/7 FIESTA DE HAMBURGUESAS Hamburguesa con lechuga, tomate, cebolla, ketchup y mayonesa en bollo de grano entero <u>Batatas cortadas en cubos</u> C Ensalada de col Manzana fresca	1/8 Sándwich de pescado empanizado con queso en bollo de grano entero Sopa cremosa de zanahoria <u>Frijoles mixtos</u> C Mandarinas	1/9 Cerdo agridulce Arroz integral Judías verdes <u>Ensalada de zanahoria con pasas</u> C Frutas cítricas	1/10 Espagueti con salsa de carne de pavo Sopa minestrone Guisantes verdes C Salsa de manzana
1/13 Strógonov de ternera con pasta penne de grano entero C Vegetales de California Mezcla de maíz, cebolla, pimientos verdes y fruta fresca de temporada	1/14 Hamburguesa de costilla de cerdo a la BBQ <u>Names confitados</u> Judías verdes C con pimientos rojos Bollo de trigo integral con mantequilla Plátano fresco Brownie	1/15 Pata de pollo con glaseado de piña Arroz integral Ensalada hawaiana de macarrones <u>Guisantes y zanahorias</u> C Naranja fresca	1/16 Tilapia al horno con salsa florentina cremosa Sopa cremosa de hongos Arroz integral con pimientos de colores <u>Frijoles mixtos</u> C Salsa de manzana	1/17 Sándwich de ensalada de pollo y arándanos rojos con lechuga rallada en pan de grano entero Sopa de verduras y cebada <u>Ensalada de zanahoria con pasas</u> C Naranja fresca
1/20 DÍA DE MARTIN LUTHER KING	1/21 Sándwich de pescado empanizado con lechuga rallada y salsa tártara en bollo de grano entero Sopa espesa de maíz <u>Ensalada de zanahoria</u> C Mandarinas	1/22 Puerco con limoncillo Sopa de fideos asiáticos Arroz integral con pimientos de colores C Col al vapor Fruta fresca de temporada Galleta	1/23 Pollo a la parmesana Rotini de grano entero con salsa marinara <u>Espinaca</u> C Coliflor Fruta fresca de temporada	1/24 Pastel de carne con gravy C Puré de papa Guisantes verdes Bollo de trigo integral con mantequilla C Fruta tropical
1/27 Cerdo al Kalúa Arroz integral C Coles de Bruselas <u>Ensalada de zanahoria con pasas</u> Salsa de manzana	1/28 Sándwich tipo sloppy Joe Maíz en grano entero <u>Zanahorias</u> Hamburguesa en bollo de grano entero C Fruta tropical	1/29 Omelet de queso con queso rallado y papas rojas cortadas en cubos Salsa <u>Espinaca</u> Bagel de grano entero con mantequilla C Mandarinas	1/30 AÑO NUEVO LUNAR Pollo con sésamo Pasta de sésamo de grano entero Sopa de huevo <u>Frijoles mixtos</u> C Naranja fresca Galleta de la fortuna	1/31 Albóndigas suecas Pasta penne de grano entero Sopa de calabaza <u>Vegetales estilo escandinavo</u> C Frutas cítricas

Todas las comidas se sirven con leche baja en grasa.

2 OPCIONES DIARIAS DE PLATO PRINCIPAL: VEGETARIANO O ENSALADA COMO PLATO PRINCIPAL (ENSALADA CÉSAR DE POLLO).

Vitamina A
C Vitamina C

+ Alto en sodio