

MINUTAS PARA ALMUERZOS Y REFRIGERIOS



	LUNES 14	MARTES 15	MIERCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
ENTRADA	festivo	Crema de zanahoria	Sopa de cuchuco de cebada	Sopa de maíz pintado	Consomé celestino
PROTEINA 1	festivo	Pollo a la mostaza	Pescado apanado	Cerdo a l horno	Pollo apanado
PROTEINA 2	festivo	Milanesa de cerdo teriyaki	Milanesa de res plancha	Pollo en salsa	Julianas de cerdo oriental
FARINACEO	festivo	Plátano melado	Papa salada	Papa al vapor	Patacón de maduro
PRINCIPIO	festivo	espagueti		Frijol rojo	Lenteja
CEREAL	festivo	Arroz blanco	Arroz amarillo	Arroz con perejil	Arroz blanco
ENSALADA	festivo	Ensalada del día	Verdura salteada	Ensalada del campo	Ensalada mixta
JUGO	festivo	Jugo natural	Jugo natural	Jugo natural	Jugo natural
POSTRE	festivo	Postre del día	Postre del día	Postre del día	Postre del día
REFRIGERIO	festivo	Maicena/ fruta/arepa con queso	Choco listo/mini pastel de pollo/fruta	Avena fría/fruta/ torta de vainilla	Mini mazorcada /fruta/jugo

♥ Dios., gracias
por todas tus
bendiciones

♥ www.CartelesCristianos.net ♥