ENERO

ANGLO ESPAÑOL
- Fortaleza para la Libertad -

MINUTA ALMUERZOS

L	M	M	J	V
18 AJIACO SANTAFEREÑO CON POLLO, MAZORCA, ALCAPARRAS, CREMA DE LECHE, ARROZ, AGUACATE	**19** SOPA DE GUINEO CONTRAMUSLO EN MIEL MOSTAZA BROCCOLI AL VAPOR ARROZ CON AJONJOLÍ	**20** CREMA DE AUYAMA FAJITAS DE CARNE MIXTA CON VEGETALES PAPA CRIOLLA A LAS FINAS HIERBAS OPCIONAL: ARROZ	**21** SOPA DE FRIJOL BLANQUILLO STROGANOFF DE CERDO TOMATES GRATINADOS CON ALBAHACA ARROZ	**22** CREMA DE PUERRO LASAGNA DE CARNE PAN CON AJO
25 FRIJOLES RANCHEROS CHICHARRON PLATANO MADURO ARROZ AGUACATE	**26** CREMA DE ESPINACA POSTA SUDADA EN SALSA DULCE CHIPS DE PLATANO VERDE ARROZ BLANCO	**27** SOPA DE PATACONES QUICHE DE POLLO VERDURAS SALTEADAS ARROZ	**28** SOPA DE GARBANZOS COSTILLA BBQ CROQUETAS DE YUCA ARROZ CON VERDURAS	**29** CREMA DE VERDURAS CORDON BLUE CANELON DE QUESO Y ALBAHACA OPCIONAL: ARROZ

Nuestro menú se compone de: 1 sopa o crema 2. un alimento proteico 3.un alimento energético 4. una porción de verdura y/o ensalada 5. Postre 6. Bebida