



Menú semanal

UPM

SEMANA 4

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
MENÚ PRINCIPAL	*Muslo de pollo a la mostaza con papas fritas/ Ensalada de brócoli, tomate y huevo * Pan	* Pastel criollo con ensalada de tomate y cebolla * Pan	* Bifes a la criolla con papas y boniatos / Ensalada de quinoa roja y vegetales. * Pan	* Lasagna bolognesa con ensalada de lechuga, repollo colorado y zanahoria. * Pan	* Milanesa de pollo en salsa cheddar y panceta con papas noisette / Ensalada Mixta * Pan	* Baurú de carne con papas fritas/ Ensalada Coleslaw. * Pan	* Solomillo de cerdo en Salsa Barbacoa con papas a la crema. Ensalada de tomate y Cebolla. * Pan
MENÚ OPCIONAL	*Carne a la Burguiñon con arroz. * Pan	* Raviolos de verdura con salsa de pollo y pesto. * Pan	* Chop suey de cerdo con arroz. * Pan	* Pollo al curry con arroz al perejil * Pan	* Albóndigas de carne con arroz. * Pan	* Tallarines al huevo con estofado de pollo * Pan	* Raviolon cheddar y panceta con salsa Rosa. * Pan
MENÚ VEGETARIANO	* Cazuela de lentejas y verduras * Pan	*Mil hojas de vegetales con ensalada Waldorf * Pan	* Souffle de zapallito con calabaza al horno. * Pan	* Feijoada vegetariana * Pan	*Budin multicolor con ensalada tabule * Pan	* Canelones de verdura en salsa Bechamel y fileto con ensalada de lentejas y huevo. * Pan	*Quiche Capresse con ensalada de Brocoli y Zanahoria en rodajas. * Pan
MENÚ DIETETICO / SIN SAL	*Pastel dorado (calabaza y espinaca) con ensalada de Cous cous y vegetales. * Pan	* Omelette de hierbas y queso con ensalada de remolacha, papa y zanahoria. * Pan	* Creppes de espinaca y ricota con arroz integral / Ensalada de quinoa roja y vegetales.	* Pescado a la florentina en salsa bechamel con pure de Calabaza * Pan	* Churrasco de pollo en salsa Pomarolla con arroz primavera. * Pan	* Carne y vegetales al wok con arroz. * Pan	* Moussaka de zucchini y carne con ensalada Capresse. * Pan



Menú semanal

UPM

SEMANA 4

POSTRES	* Fruta / Brownie con dulce de leche / Ensalada de frutas diet	* Fruta / Crema de Dulce de leche / Flan de Vainilla Diet	* Fruta / Carrot Cake / Duraznos en Almibar diet	* Fruta / Torta 3 leches / Crema Mixta de Chocolate y Vainilla Diet	* Fruta / Flan casero con dulce de leche / Ricoton de peras diet	* Fruta / Alfajor yo-yo / Gelatina de cereza diet	* Fruta / Budin de pan / Anana en almibar Diet.
SOPA	Sopa de calabaza	Sopa de arvejas	Sopa de calabaza y zanahoria	Sopa mix de verduras	Sopa de maiz	Sopa cremosa de tomate y perejil	Sopa de espinaca, zanahoria y fideos
MENÚ SIN GLUTEN	*Pastel dorado (calabaza y espinaca) con ensalada de lechuga y zanahoria * Pan sin gluten *Fruta / Postre gluten free	*Mil hojas de vegetales con ensalada de tomate y cebolla * Pan sin gluten *Fruta / Postre gluten free	* Bifes a la criolla con calabaza al horno. * Pan sin gluten *Fruta / Postre gluten free	* Feijoada vegetariana * Pan sin gluten *Fruta / Postre gluten free	* Churrasco de pollo en salsa Pomarolla con Ensalada mixta * Pan sin gluten *Fruta / Postre gluten free	* Carne y vegetales al wok con arroz. * Pan sin gluten *Fruta / Postre gluten free	* Solomillo de Cerdo en salsa Barbacoa con ensalada de brócoli y zanahoria * Pan sin gluten *Fruta / Postre gluten free