

MINUTA

RESTAURANTE

Semana 5

LUNES 27

Sopa Cascabel
Proteína pechuga rellena de
espinaca y queso/ chuleta de cerdo
asada
Energético Torta de conchas/ coliflor y
brócoli
Arroz perejil
Barra Ensalada incluye diferentes
verduras y opción de fruta
Jugo guayaba
Postre galletas chips
Refrigerio sándwich de atún, jugo de
mora, manzana
Refrigerio Empa

MIÉRCOLES 29

Sopa crema de apio
Proteína arroz paiza
Energético papa chips rizada
Barra Ensalada incluye
diferentes verduras y opción de fruta
Jugo mango
Postre galletas alfajor
Refrigerio Buñuelo, milo, uvas

VIERNES 31

Sopa Crema de champiñón
Proteína Hamburguesa de
carne / Hamburguesa de pollo
Energético Papa francesa
Cereal Pan/ Arroz (opción)
Barra Ensalada incluye diferentes
verdura y opción de fruta
Jugo Naranja piña
Postre Burbujas
Refrigerio Donuts – Kumis –
fresa

MARTES 28

Sopa avena
Proteína goulash/ pechuga thai
Energético chifles de plátano
Arroz Blanco
Barra Ensalada incluye diferentes verduras y
opción de fruta
Jugo Frutos verdes
Postre fresas con crema
Refrigerio pazerotty napolitano, jugo de lulo,
uvas

JUEVES 30

Sopa Peto dulce
Proteína burrito de carne con vegetales / pollo
crispy
Energética papa criolla
Arroz tigre
Barra Ensalada incluye diferentes verduras y
opción de fruta
Jugo uva
Postre dulce de frutos
amarillos
Refrigerio empanada de pollo,
jugo de manzana, granadilla



Gimnasio
Los Pinos

cultivamos tu potencial

Menú sujeto a cambios según disponibilidad de productos