

MINUTA SEMANAL



27 - 31 JULIO 

LUNES

- Porotos con tallarines
- Pollo arverjado
- Arroz / Pure
- Hipocalorico: Muffins de Quinoa
- Ensalada o Sopa
- Postre o Fruta

MARTES

- Pastel de papas
- Tallarines con carne mechada
- Hipocalorico: Panqueque de espinaca atun
- Ensalada o Sopa
- Postre o Fruta

MIERCOLES

- Cazuela de ave
- Pescado frito
- Arroz / P. Mayo
- Hipocalorico: Salpicon
- Ensalada o Crema de verduras
- Postre o Fruta

JUEVES

- Arroz chaufa de pollo
- Cheesecake de acelga
- Hipocalorico: Palta Reyna
- Ensalada o Sopa
- Postre o Fruta

VIERNES

- Papas rellenas pino
- Cheesecake de acelga
- Hipocalorico: Pechuga a la plancha
- Postre o Fruta
- Ensalada o Crema de verduras



WWW.DELICIASMAMAMIA.CL