

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Merienda Mañana	Yogurt con cereal de avena (bajo en azúcar) y fruta	Arepas de queso, fruta y bebida caliente	Pan árabe con queso crema, fruta y bebida caliente	Muffin de queso, fruta Bebida caliente	Wraps de huevos rancheros y Jugo de fruta
Merienda VEGETARIANA	Leche de almendras con cereal y fruta	Arepas de tofu, fruta y bebida caliente	Pan árabe con humus, fruta y bebida caliente	Muffins de queso de almendra, fruta, bebida caliente	Wraps de huevos rancheros y jugo de fruta
Almuerzo	Crema de espinaca	Sopa Mexicana	Sopa de Colicero	Sopa de Arracacha	Consomé
	Arroz Saltado con pollo y carne Nuggets de pollo Croquetas de yuca	Ternera en Julianas Pollo, Nachos, Queso y Aguacate Pasta Penne	Alitas BBQ Sufilé de Atún Puré de plátano maduro Arroz con cilantro	Pollo al pesto de cilantro Burritos de carne molida Papa salada	Frijoles, Arroz, Huevo Carne Asada Arepa Blanca
Almuerzo VEGETARIANA	Nuggets Vegetarianos	Lentejas con arroz	Croquetas de Quinoa	Hamburguesa de verdura	Frijolada Vegetariana
Ensaladas Verduras Fria	Barra de ensalada	Aguacate, maíz y lechuga crepa	Barra de ensalada	Barra de ensalada	Aguacate, Tomate
Verduras Caliente	Brócoli y zanahorias a la naranja	Champiñones al perejil	Berenjenas a la napolitana	Zukinis guisados	
Bebidas	Agua saborizada natural y naranjada	Jugo de tomate de árbol y limonada	Jugo natural de Lulo y Mora	Jugo natural de mango y limonada de Coco	Jugo natural de maracuyá y guayaba
Postre	Mango Picado	Cuajada con melao	Fresas con crema	Ciruelas	Durazno en almíbar
Onces	Pie de Manzana Agua Saborizada	Galletas de sal con mermelada y Jugo natural	Pizza y Jugo natural	Pandeyuca con jugo natural	Galletas de avena y uvas pasas con limonada natural
Onces VEGETARIANA	Torta vegetariana de manzana y agua saborizada	Galletas de sal y mermelada y jugo natural	Pizza Vegetariana y jugo natural	Pandeyuca con Jugo natural	Galletas de avena y uvas pasas con limonada natural

La barra de ensalada ofrecerá diariamente 9 tipos diferentes de verduras frescas. Recuerda que ofrecemos menú vegetariano, **NO vegano**.

NOTA: El menú puede tener variaciones de último momento por temas de temporada.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Merienda Mañana	Pan hojaldrado, cuadritos de queso, fruta Y bebida caliente	Arepa Gratinada, bebida caliente y Fruta.	Muffins rellenos con jamón Jugo Natural	Quesadillas con pollo, Fruta y Bebida Caliente	Pancakes con mermelada natural, queso, fruta y Bebida caliente
Merienda VEGETARIANA	Tostadas con queso de almendras y mermelada Fruta y bebida caliente	Arepa Gratinada con Tofu, bebida caliente vegetal y Fruta.	Muffins rellenos con queso y Jugo Natural	Quesadillas con queso de almendras, toma te y albahaca, fruta y Bebida caliente	Pancakes con mermelada natural, queso de almendras, fruta y Bebida caliente
Almuerzo	Crema de ahuyama	Sopa de verduras	Sopa de fideos	Sopa de Sancocho	Sopa de Ajiaco
	Filete de pescado en leche de coco Carne asada Plátano al horno, arroz con verduras	Lasaña de Pollo Estofado de ternera Arroz	Pollo a la criolla Lenteja guisada Arroz y carne asada	Carne bolognesa Filete de pescado apanado Puré de papa Pasta corta con albahaca	Pollo, Arroz Mazorcas. Atún
Almuerzo VEGETARIANO	Arroz con verduras y tofu	Lasaña vegetariana	Lentejas	Revoltillo de tofu con maíz	Ajiaco vegetariano Croquetas de garbanzo y verdura
Ensaladas Verduras Fría	Barra de ensalada	Barra de ensalada	Barra de ensalada	Barra de ensalada	Aguacate- Tomate y Alcaparras
Verduras Caliente	Brócoli gratinado	Habichuelas en cacerola	Zanahorias al Horno con miel	Verduras mixtas calientes	
Bebidas	Jugos Naturales de Uva y Guanábana	Jugo Natural de Mora y Aguas Saborizadas	Jugo Natural de Lulo y Mango	Jugo Natural guayaba y Mandarina	Jugo Natural. Fresa y piña
Postre	Pie de limón	Patilla	Fresas con chocolate	Ciruela	Flan de maracuyá
Onces	Palitos de queso y Jugo Natural SAL	Rollitos de canela Jugo natural	Torta de Maíz y Jugo Natural SAL	Galletas choco chip y limonada	Maíz Pira Jugo Natural SAL
Onces VEGETARIANA	Palitos de queso vegetal	Rollitos de canela sin gluten y Jugo natural	Torta de Maíz y Jugo Natural SAL	Galletas choco chip sin gluten y limonada	

La barra de ensalada ofrecerá diariamente 9 tipos diferentes de verduras frescas. Recuerda que ofrecemos menú vegetariano, **NO vegano**.

NOTA: El menú puede tener variaciones de último momento por temas de temporada.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Merienda Mañana	Yogurt con cereal de rosquitas de avena bajo en azúcar y fruta	Tostadas con mantequilla de maní y mermelada Bebida caliente y fruta	Sándwich de queso a la plancha y Fruta	Pandeyuca Bebida caliente y Fruta	Fajitas de jamón y queso Fruta y bebida caliente
Merienda VEGETARIANA	Leche de almendras con cereal de rosquitas de avena y fruta	Quesadillas vegetarianas con tofu y tomate, bebida caliente vegetal y fruta.	Sándwich de queso de almendra a la plancha y fruta	Pandeyuca veggie Bebida caliente y Fruta SAL	Fajitas con queso de almendras y carne vegetariana, fruta
Almuerzo	Crema de espinacas	Sopa de pasta	Sopa de lentejas	Consomé	Sopa de tomate
	Pasta boloñesa Muslitos de pollo en salsa BBQ Arroz con zanahoria	Ternera en Miel Mostaza Pescado apanado Tortilla Española Arroz con coco (blanco)	Pinchos de pollo Carne desmechada Plátano maduro al horno Papa criolla con romero	Arroz chino Carne en bistec Yuca guisada	Hamburguesa a la parrilla con pico de gallo Pescado a la parrilla Papas al horno Arroz
Almuerzo VEGETARIANO	Lentejas guisadas	Canelones de Zuchini con salchicha vegetariana	Estofado de garbanzos	Arroz con tofu y vegetales	Hamburguesas de quínoa
Ensaladas Verduras Fría	Barra de ensalada	Barra de ensalada	Barra de ensalada	Barra de ensalada	Barra de ensalada
Verduras Caliente	Ahuyama deluxe	Calabacín Salteado	Habichuelas al Ajillo	Berenjenas al horno	Champiñones en salsa
Bebidas	Jugo Mora y Aguas Saborizadas	Jugo Natural de Naranja y Guanábana	Jugo de mango y agua saborizada	Jugo Natural de Lulo y Guayaba	Limonada natural
Postre	Bocadillo con queso	Manzanas asadas con canela	Leche asada	Fresas	Gelatina
Onces	Brownie y limonada natural	Pan de Banano y Jugo Natural	Pizza de jamón y queso Jugo natural	Arepitas pequeñas con queso y guacamole Limonada	Mini Obleas Limonada natural
Onces VEGETARIANA	Brownie vegetariano y limonada	Pan de banano sin gluten Y jugo natural	Pizza vegetariana y jugo natural		

La barra de ensalada ofrecerá diariamente 9 tipos diferentes de verduras frescas. Recuerda que ofrecemos menú vegetariano, **NO vegano**.

NOTA: El menú puede tener variaciones de último momento por temas de temporada.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Merienda Mañana		Arepas de choclo con queso, bebida caliente y fruta	Molde de Pollo, Jugo natural y Fruta	Huevos revueltos English Muffin yogurt y fruta	Sándwich de jamón y queso con guacamole en pan árabe, Jugo natural
Merienda VEGETARIANA		Arepas de choclo con tofu, bebida caliente y fruta	Molde con carnes vegetarianas, Jugo natural y Fruta	Tofu picadito con tomate y albahaca sobre galletas de arroz, yogurt de almendras y fruta	Sándwich de jamón vegetal con guacamole y jugo natural
Almuerzo		Consomé	Sopa de fideos	Sopa de arroz	Crema de tomate
		Beef Bourgiñon Salmón al horno con pesto Puré de papa Arroz con ajonjolí	Atún o Muchacho en salsa Arroz con espinaca Plátano maduro al horno con queso	Lomo saltado Milanesa de Pollo Arroz con fideos, Papitas criollas doradas	Arroz con Pollo Pescado Parmesano Papitas al vapor con perejil
Almuerzo VEGETARIANO		Hamburguesa de lenteja	Quínoa con verduras	Tofu saltado	Arroz con salchichas veggie y verduras
Ensaladas Verduras Fría		Barra de ensalada	Barra de ensalada	Barra de ensalada	Barra de ensalada
Verduras Caliente		Tomates al gratín	Brócoli, zuchinis, zanahoria al wok con jengibre	Torta de verduras	
Bebidas		Jugo Natural de mango y limonada	Jugo Natural de Guanábana y Naranja	Jugo Natural de Mora y Tomate de Árbol	Jugo Natural de Lulo y guayaba
Postre		Fresas con Chocolates	Bocadillo con queso	Salpicón	Flan de chocolate
Onces		Torta de Zanahoria Agua saborizada	Tomates cherry con mozarelinas y salsa pesto de albahaca, Galletas de sal Jugo natural	Galletas de avena y limonada natural	Mix de frutos rojos (arándanos, fresas, moras) picadas con yogurt griego
Onces VEGETARIANA		Arepas de choclo con queso, bebida caliente y fruta	Molde de Pollo, Jugo natural y Fruta	Huevos revueltos English Muffin+ yogurt y fruta	Sándwich de jamón y queso con guacamole en pan árabe, Jugo natural

La barra de ensalada ofrecerá diariamente 9 tipos diferentes de verduras frescas. Recuerda que ofrecemos menú vegetariano, **NO vegano**.

NOTA: El menú puede tener variaciones de último momento por temas de temporada.