



Fox & Bruck s.r.l.

## MENU DEL MES DE ABRIL

LUNES 6/4	MARTES 7/4	MIERCOLES 8/4	JUEVES 9/4	VIERNES 10/4
Fideos al wok	Milanesa de cerdo	Pollo al horno	Churrasquitos a la criolla	Filet de merluza sin espinas
Fileto / manteca	Soufflé mixto	Ensalada de zanahoria y huevo	Arroz a la manteca	Puré de papas
Fruta de estación	Mousse de chocolate	Fruta de estación	Gelatina de cereza	Fruta de estación

LUNES 13/4	MARTES 14/4	MIERCOLES 15/4	JUEVES 16/4	VIERNES 17/4
Ravioles de verdura/ fideos	Carne al horno	Supremas de pollo	Termerita a la española	Milanesas de ternera
Salsa rosa	Arroz a la manteca	Soufflé de verduras		Ensalada de tomate choclo y lentejas
Fruta de estación	Ensalada de frutas	Fruta de estación	Gelatina de frutilla	Flan de vainilla

LUNES 20/4	MARTES 21/4	MIERCOLES 22/4	JUEVES 23/4	VIERNES 24/4
Mostacholes al fileto/manteca	Pollo al horno	Milanesa de cerdo	Cazuela de ternera	Filet de merluza sin espinas
Estofado de ternera	Bocaditos de espinaca	Ensalada de lechuga tomate y zanahoria		Puré de papas
Ensalada de frutas	Gelatina de cereza	Postre de vainillas	Fruta de estación	Fruta de estación

LUNES 27/4	MARTES 28/4	MIERCOLES 29/4	JUEVES 30/4	VIERNES 1/5
Pechugas grille	Bondiola de cerdo con salsa barbacoa	Tirabuzones al fileto/ manteca	Milanesa de ternera	Feriado
Puré de calabaza	Papas doradas	Estofado de ternera	Ensalada de lechuga, tomare y lentejas	
Fruta de estación	Fruta de estación	Ensalada de grutas	Conitos de dulce de leche	

Fruta de estación y salad bar todos los días

Recuerde: Es de vital importancia adquirir hábitos alimenticios adecuados y balanceados como:

- Consumir productos con buena fuente de fibra dietética.
- Dietas bajas en grasas saturadas (grasas de origen animal)
- Reducir el consumo de productos refinados.
- Incluir un balance rico en cereales, frutas y verduras diferentes.
- Ingerir buena cantidad de liquido (NO con gas).
- Realizar las cuatro comidas del día.

Una alimentación saludable acompañada de una actividad física regular mantiene una buena salud.

**Lic. en nutrición**

**Valeria Claret Matricula N° 1723**