



Fox & Bruck s.r.l.

MENU DEL MES DE NOVIEMBRE

LUNES 3/11	MARTES 4/11	MIERCOLES 5/11	JUEVES 6/11	VIERNES 7/11
Fideos celentanos al fileto/ manteca	Milanesa de ternera	Pollo al limón	Colita de cuadril/ vacío al horno	Filet de merluza sin espinas / bastones
Estofado de ternera	Calabazas y batatas al horno	Ensalada de mix de hojas verdes, remolacha y zanahoria	Soufflé bicolor	Puré de papas
Fruta de estación	Gelatina de cereza	Fruta de estación	Flan de vainilla	Frutillas con crema

LUNES 10/11	MARTES 11/11	MIERCOLES 12/11	JUEVES 13/11	VIERNES 14/11
Pollo al horno	Bondiola de cerdo/Pechito de cerdo	Fusiles tricolor al fileto/ manteca	Milanesas de pollo	Churrasquitos a la criolla
Arroz primavera	Zapallitos revueltos	Estofado de ternera	Ensalada de tomate zanahoria y garbanzos	Papas al natural
Fruta de estación	Helado palito	Fruta de estación	Helado de crema	Ensalada de frutas

LUNES 17/11	MARTES 18/11	MIERCOLES 19/11	JUEVES 20/11	VIERNES 21/11
Ravioles de pollo y verdura/ fideos	Colita de cuadril	Filet de merluza sin espinas/ bastones	Show de tacos mexicanos	
Salsa rosa	Ensalada de lechuga y tomate	Puré mixto	Salsa pico de gallo salsa de crema acida	FERIADO
Fruta de estación	Duraznos en almíbar	Fruta de estación	Helado palito	

LUNES 24/11	MARTES 25/11	MIERCOLES 26/11	JUEVES 27/11	VIERNES 28/11
	Mostacholes al fileto/ manteca	Bondiola de cerdo/ pechito de cerdo	Milanesas de ternera	Show de pizzas
FERIADO	Estofado de ternera	Verduras salteadas	Ensalada de zanahoria huevo y lentejas	
	Fruta de estación	Gelatina de cereza	Ensalada de frutas	Helado palito

Fruta de estación y salad bar todos los días.

Recuerde: Las legumbres son fuentes de hierro al igual que las carnes; pero hay que tener en cuenta que el hierro de las legumbres no es absorbido de igual manera. Para favorecer esta función deben ser acompañadas con vitamina C.

Aportan gran cantidad de fibras. Las legumbres son lentejas , garbanzos , porotos de soja , porotos etc

Lic. en nutrición

Valeria Claret Matricula N° 1723