



Fox & Bruck s.r.l.

MENU DEL MES OCTUBRE

MIERCOLES 1/10	JUEVES 2/10	VIERNES 3/10
Colita de cuadril	Milanesa de cerdo	Mostacholes al fileto/ manteca
Papas doradas	Soufflé mixto	Estofado de ternera
Fruta de estación	Gelatina de cereza	Ensalada de frutas

LUNES 6/10	MARTES 7/10	MIERCOLES 8/10	JUEVES 9/10	VIERNES 10/10
JORNADA PEDAGOGICA	Pollo al horno	Filet de merluza sin espinas / bastones	Tirabuzones al fileto/ manteca	FERIADO
	Bocaditos de espinaca	Ensalada de lechuga tomate zanahoria y lentejas	Estofado de ternera	
	Helado palito	Fruta de estación	Ensalada de frutas	

LUNES 13/10	MARTES 14/10	MIERCOLES 15/10	JUEVES 16/10	VIERNES 17/10
VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES

LUNES 20/10	MARTES 21/10	MIERCOLES 22/10	JUEVES 23/10	VIERNES 24/10
Risotto de pollo	Milanesa de ternera	Bondiola de cerdo con salsa barbacoa	Filet de merluza sin espinas / bastones	Ravioles de ricota/ fideos
	Ensalada de lechuga tomate y lentejas	Soufflé de verdura	Puré de papas	Salsa rosa
Fruta de estación	Flan de vainilla	Helada de crema	Fruta de estación	Ensalada de frutas

LUNES 27/10	MARTES 28/10	MIERCOLES 29/10	JUEVES 30/10	VIERNES 31/10
Supremas de pollo	Churrasquitos de criolla	Milanesa de cerdo	Pollo al horno	Fideos al wok
Ensalada de zanahoria y huevo	Papas dorados	Soufflé mixto	Arroz a la manteca	Fileto / manteca
Fruta de estación	Gelatina de frambuesa	Fruta de estación	Helado palito	Ensalada de frutas

Fruta de estación y salad bar todos los días.

Recuerde: El calcio es un mineral. El 99% del calcio del organismo forma parte del tejido óseo. El 1% restante interviene en funciones fisiológicas como: irritabilidad neuromuscular, coagulación sanguínea, función cardíaca, contracción muscular, etc.

La vitamina D es indispensable para la absorción del calcio.

La deficiencia de este mineral produce retardo en la calcificación de los huesos y dientes que conduce al raquitismo. Las fuentes más importantes son: leche, quesos, vegetales de hojas verdes, legumbres y pescado.

Lic. en nutrición

Valeria Claret Matricula N° 1723