



Fox & Bruck s.r.l.

MENU DEL MES OCTUBRE

LUNES	MARTES	MIERCOLES 1/10	JUEVES 2/10	VIERNES 3/10
		Milanesa de cerdo	Colita de cuadril/ vacío al horno	Filet de merluza sin espinas/ bastones
		Ensalada de mix de hojas	Arroz a la manteca	Puré de papas
		Fruta de estación	Gelatina de frambuesa	Fruta de estación

LUNES 6/10	MARTES 7/10	MIERCOLES 8/10	JUEVES 9/10	VIERNES 10/10
Risotto de pollo con garbanzos	Mostacholes al fileto/ manteca	Milanesa de ternera	Show de pizzas	FERIADO
	Estofado de ternera	Ensalada de tomate y rúcula	Soufflé mixto	
Fruta de estación	Ensalada de frutas	Arrollado de dulce de leche	Helado palito	

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
Ravioles de verdura y pollo con salsa rosa	Milanesas de pollo	Colita de cuadril/ vacío al horno	Bondiola de cerdo/ pechito a la barbacoa	Filet de merluza sin espinas/ bastones
	Ensalada de lechuga y tomate	Soufflé de verduras	Arroz a la manteca	Puré de papas
Fruta de estación	Gelatina de cereza	Fruta de estación	Helado de crema	Ensalada de frutas

LUNES 27/10	MARTES 28/10	MIERCOLES 29/10	JUEVES 30/10	VIERNES 31/10
Churrasquitos a la portuguesa	Pollo al horno	Ñoquis de papas	Milanesas de ternera	Show de tacos mexicanos
Papas españolas	Bocaditos de espinaca	Fileto / manteca Estofado de ternera	Ensalada de lechuga tomate y lentejas	
Fruta de estación	Gelatina de frambuesa	Ensalada de frutas	Fruta de estación	Helado palito

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