

 <div>Gimnasio Los Pinos cultivamos tu potencial</div>	PROCESO ADMINISTRATIVO Y FINANCIERO MENÚ DE RESTAURANTE GIMNASIO LOS PINOS		Fecha de emisión: 16 de abril 2021	Código: GAF-FRT-37
	Elaboro: Coordinación. SGC	Aprobó: Dir. SGC	Versión. 3	Página 1 de 3

MES: MARZO AÑO: 2025

SEMANA 1

	LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
SOPA	CREMA VERDE (BROCOLI)	PINTADO	MAZORCA	FRIJOL	CREMA DORADA
PROTEÍNA	CARNE ENCEBOLLADA	FRICASE	PESCADO APANADO	CARNE MOLIDA – HUEVO - CHORIZO	ARROZ CON POLLO
Opción	POLLO EN MIEL MOSTAZA	CARNE CON VEGETALES (ZUQUINIS – ZANAHORIA)	CHULETA DE CERDO A LA PLANCHA		
ENERGÉTICO	YUCA FRANCESA	PAPA CON PAPRIKA	TORTA DE ZANAHORIA	TAJADA DE PLATANO	PAPA CHIPS
OPCION	CALABAZA A LA CREMA	-----	CONCHAS A LA CARBONARA	-----	-----
ARROZ	BLANCO	FLORENTINO	VERDE	BLANCO	(INCLUIDO EN EL ATOLLADO)
ENSALADA	BARRA DE ENSALADA	BARRA DE ENSALADA	BARRA DE ENSALADA	AGUACATE	BARRA DE FRUTA
JUGO	FEIJOA	FRUTOS AMARILLOS	NARANJA PIÑA	LIMONADA	MORA
POSTRE	GALLETAS WAFERS CHOCOLATE	FRESA CON CHOCOLATE	ESPONJADO DE MORA	GELATINA DE COLORES	MINIMERENGUES
REFRIGERIO	ALMOJABANA	PAPA RELLENA	TORTA DE BANANO	CREPS DE FRUTOS ROJOS	CROISANT DE QUESO
	CHOCOLATE	CAFÉ	KUMIS	YOGURT	CHOCOLISTO
	MANDARINA	PERA EN LAMINAS	MANDARINA	ARANDANOS – FRESA - MORA	NARANJA

SEMANA 2

	LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
SOPA	MINISTRONES	CREMA DE POLLO	SANCOCHO	PETO DULCE	AJIACO
PROTEÍNA	PIERNA DE POLLO SUDADA	CREPS DE CARNE	PESCADO A LA PLANCHA	BURRITOS DE CARNE CON VEGETALES	POLLO MECHADO
Opción	CARNE EN SALSA STROGANOFF	COLOMBINAS DE POLLO EN CHAMPIÑONES	COSTILLITAS DE RES	MILANESA DE POLLO	
ENERGÉTICO	PAPA BLANCA A LA CRIOLLA	TORTA DE PAPA	PLATANO CAMELIZADO	TORTA ESPAÑOLA	MAZORCA EN SALSA CRIOLLA
OPCION	SHOP SUEY	-----	TORTA DE GUATILA	-----	-----
ARROZ	ARVEJA	AMARILLO	PEREJIL	BLANCO	BLANCO
ENSALADA	BARRA DE ENSALADA	BARRA DE ENSALADA	BARRA DE ENSALADA	BARRA DE ENSALADA	AGUACATE
JUGO	UVA	GUAYABA	PANELADA	MARACUMANGO	MORA
POSTRE	BOCAFILLO VELEÑO	DULCE DE FRESA	TORTA DE MARACUYA	FRUNAS	CHEESSE CAKE DE LIMON
REFRIGERIO	AREPUELA DE CHOCLO	SALCHIPAPA	WRAPS DE POLLO	PANCAKES	AREPA RELLENA DE CARNE
	CHOCOLATE	CAFE	JUGO FRESA	YOGURH	JUGO LULO
	MANDARINA	MIX DE FRUTA	(Fruta incluida en el jugo)	DURAZNO - FRESA	(Fruta incluida en el jugo)

	PROCESO ADMINISTRATIVO Y FINANCIERO MENÚ DE RESTAURANTE GIMNASIO LOS PINOS		Fecha de emisión: 16 de abril 2021	Código: GAF-FRT-37
	Elaboro: Coordinación. SGC	Aprobó: Dir. SGC	Versión. 3	Página 2 de 3

SEMANA 3

	LUNES 17	MARTES 18	MIERCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
SOPA	CREMA DE CALABAZA	CEBADA PERLADA	COLICERO	CREMA DE ARVEJA	ARRACACHA
PROTEÍNA	POLLO EN SALSA A LA NARANJA Y ALMENDRAS	FAJITAS DE CARNE DE CERDO Y RES	POLLO A LA ORIENTAL	CARNE MOLIDA CON VERDURA	POLLO AL HORNO
Opción	STECK PIMIENTA	ATUN EN BOLITAS	HUESITOS DE MARRANO AL HORNO	PECHUGA EN SALSA DE CILANTRO	CAZUELA DE MARISCOS
ENERGÉTICO	MONEDITAS	PURE DE CRIOLLA	GARBANZO	BOLITAS DE YUCA AL HORNO	PATACON
OPCION	-----	ENSALADA CON TORNILLOS	VERDURA CRIOLLA	BROCOLI SALTEADO	-----
ARROZ	BLANCO	MAÍZ	BLANCO	PEREJIL	BLANCO
ENSALADA	BARRA DE ENSALADA	BARRA DE ENSALADA	BARRA DE ENSALADA	BARRA DE ENSALADA	AGUACATE
JUGO	FEIJOA	GUANABANA	FRUTOS AMARILLOS	MANZANA	TAMARINDO
POSTRE	JALEA DE MANGO	BALONCITOS	TORTA DE CIRUELA	DULCE DE UCHUVA	PANELITAS
REFRIGERIO	WRAPS DE JAMON Y QUESO	MARMOL	PASTEL DE YUCA	PASTEL HAWAIANO	DEDITO DE SALCHICHA
	SORBETE DE CURUBA	AVENA	JUGO MORA	CAFÉ	MILO
	(Incluido en el sorbete)	SANDIA	(Fruta incluida en el jugo)	MANZANA ROJA	UVAS

SEMANA 4

	LUNES 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	LUNES 27	VIERNES 28
SOPA	FESTIVO	MAZAMORRA CHIQUITA	CREMA DE GUATILA	VERDURAS	CARMELITA
PROTEÍNA		ALITAS APANADAS	LASAGNA MIXTA	POLLO CRISPY	BONDIOLA DE CERDO AL HORNO
Opción		HIGADO EN BISTEC		CARNE DE CERDO AGRIDULCE	POLLO HAWAIANO
ENERGÉTICO		PAPA POSTIZA	PAN FINAS HIERBAS	PAPA ANA CON TOCINETA	ARRACACHA CHIPS
OPCION		VERDURA AL VAPOR	ARROZ	PEPINO A LA CRIOLLA	CALABACIN GUISADO
ARROZ		VICKY	-----	PEREJIL	BLANCO
ENSALADA		BARRA DE ENSALADA	BARRA DE ENSALADA	BARRA DE ENSALADA	BARRA DE ENSALADA
JUGO		MARACUYA	FRUTOS ROJOS	MORA	LULO
POSTRE		ESPONJADO DE FEIJOA	POLVOROSA	JALEA DE GUAYABA	MINIMANTECADA
REFRIGERIO		DONUTS	PANZEROTTY DE POLLO	AREPA DE HUEVO	CROIASANT DE CHOCOLATE
		KUMIS	JUGO CIRUELA	JUGO LULO	CAFÉ
		MANZANA	(Fruta incluida en el jugo)	Fruta incluida en la bebida	PERA