

MINUTA

RESTAURANTE

Semana 1

MARTES 01

Sopa Torrejas
Proteína Cerdo BBQ / colombinas al
curry
Energético Yuca a la francesa /
berenjena gratinada
Arroz blanco
Barra de Ensalada incluye diferentes
verduras y opción de fruta
Jugo feijoa
Postre Dulce de fresa
Refrigerio Arepa de bocadillo con
queso, café, Sandía

JUEVES 3

Sopa Avena
Proteína Tilapia apanada /carne al
horno
Energético papa chorreada / mix de
vegetales a la crema
Arroz Perejil
Barra de Ensalada incluye Diferentes
verdura y opción de fruta
Jugo maracuyá
Postre galletas de chocolate
Refrigerio Creps de arándanos, mora y
fresa, yogurt

MIERCOLES 2

Sopa Crema de espinaca
Proteína Arroz atollado
Energético papa chips
Arroz (Incluido en el arroz atollado)
Barra Ensalada incluye diferentes
verduras y opción de fruta
Jugo frutos rojos
Postre Quimbaya
Refrigerio Papa rellena, tetero, pera en
láminas

VIERNES 4

Sopa Crema de verduras
Proteína lasaña mixta
Cereal pan baguets / arroz
Barra de Ensalada incluye Diferentes verdura y
opción de fruta
Jugo Limonada
Postre Copelia
Refrigerio Croissant de queso, chocolisto, Naranja



Gimnasio
Los Pinos

cultivamos tu potencial

Menú sujeto a cambios según disponibilidad de productos