



UCSC

aramark

MINUTA ALMUERZO ESTUDIANTES

SEMANA DEL 19 AL 23 DE OCTUBRE



DÍA	SOPA / CREMA	SALAD BAR	PLATO FONDO	ACOMPA- ÑAMIENTO	HIPO- CALÓRICO	VEGETA- RIANO	POSTRES
LUNES	Crema de verduras	- Lechuga - Espinaca y pimiento morrón - Zanahoria con apio	- Lentejas con arroz y vienesas - Pechuga de pollo acaramelada	- Espirales - Puré de Papas a la Lyonesa	Croquetas de atún con ensaladas	Guiso de verduras con albóndigas de lentejas	- Fruta natural - Leche nevada - Jalea de naranja
MARTES	Sopa de carne con cabellos de ángel	- Lechuga - Mix de repollos - Tomate con espinaca	- Croqueta de jurel - Porotos a la jardinera con longaniza	Arroz al ajillo	Pavo a la mostaza con guiso de verduras	Tortilla de espinaca con carne vegetal	- Fruta natural - Flan de chocolate - Jalea de papaya
MIÉRCOLES	Crema de tomate mixta	- Lechuga - Apio con manzana - Betarraga	- Estofado de Vacuno - Pechuga de pollo a la Vasca	Guiso de zapallo con zanahoria	Zapallo italiano relleno con carne	Canelones rellenos de vegetales	- Fruta natural - Budín de chocolate - Maicena ilusión
JUEVES	Sopa juliana de verduras	- Lechuga - Pepino con Choclo - Zanahoria Rallada	- Vacuno mechada - Boloñesa de ave	Mostaccioli a las finas hierbas	Fricandela de atún con ensaladas	Pascualina vegetariana	- Fruta natural - Jalea de cereza - Mousse de café
VIERNES	Sopa de cebolla ROMPE RUTINA	- Lechuga - Cochayuyo con cebolla - Tomate con Quínoa y Espinacas	- Carne a la Bourguignon - Cerdo con Ciruelas a la Miel	- Arroz con aceitunas y cilantro - Ratatouille	Carne a la bourguignon con brócoli, coliflor y betarraga	Omelette de champiñones	- Macedonia de fruta - Tarta invertida de manzana - Bavarois de frutilla