



# MENÚ MES DE OCTUBRE 2014



Nuestro menú diario consiste en:

-  Plato principal (menú u opción)
-  Ensaladas

	Lunes	Martes 2	Miércoles 1	Jueves 2	Viernes 3
<b>Menú</b>			Pastel de carne Ensaladas	Bondiola con papas y boniatos al horno Ensaladas	Nuggets Papas Noisettes
<b>Opción</b>			Arroladitos primavera Arroz Ensaladas	Chop suey de verduras con arroz Ensaladas	Calabaza rellena Ensaladas
	Lunes 6	Martes 7	Miércoles 8	Jueves 9	Viernes 10
<b>Menú</b>	Milanesa de carne Puré de colores Ensaladas	Pescado al dore Arroz florentina	Canelones de carne y verdura Ensaladas	Pollo al horno Papas y Calabaza Ensaladas	Burritos Aros de cebolla Papas c/gustos Ensaladas
<b>Opción</b>	Tarta de queso y tomate Ensaladas	Budín de zapallitos Ensaladas	Empanadas Ensaladas	Arroz con atún Ensaladas	Omelette de hierbas Ensaladas
	Lunes 13	Martes 14	Miércoles 15	Jueves 16	Viernes 17
<b>Menú</b>	Milanesa de pollo Ensalada rusa Ensaladas	Tallarines con salsa rosa Ensaladas	Miniaturas de pescado Arroz florentina Ensaladas	Torta de jamón y queso/carne Ensalada	Hamburguesas al pan Papas Pay Ensaladas
<b>Opción</b>	Tarta de cebolla Ensaladas	Pascualina Ensaladas	Croquetas de Arroz Ensaladas	Crepes rellenos de jamón y choclo Ensaladas	Lasagna vegetariana Ensaladas
	Lunes 20	Martes 21	Miércoles 22	Jueves 23	Viernes 24
<b>Menú</b>	Nuggets Puré de papas Ensaladas	Ravioles c/salsa Ensalada	Libritos de jamón y queso Papines Ensaladas	Formitas de pescado Arroz saltado Ensaladas	Pizza c/muzzarella Faina
<b>Opción</b>	Budín vegetariano Ensaladas	Tortilla de espinacas Ensalada completa	Salpicón de pollo Ensaladas	Revuelto de gramajo Ensaladas	Omelette de arvejas Ensaladas
	Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1
<b>Menú</b>	Hamburguesas c/muzzarella Ens de papas y huevo	Churrascos de pollo Ensalada multicolor	Ñoquis c/salsa boloñesa Ensaladas	Bastones de merluza Arroz saltado Ensalada	Festival de empanadas Ensalada
<b>Opción</b>	Tarta napolitana Ensaladas	Zapallitos rellenos de ricotta y jamón Ensaladas	Brochette de verduras Ensaladas	Tortilla de papas Ensalada completa	Milanesas de tomate Ensaladas

Por consultas: [www.healthandfood.com.uy](http://www.healthandfood.com.uy)