

Buy Mart

Menú REFRIGERIOS Marzo

MENSUAL
DIARIO

\$ 52.00
\$ 2.60

LUNES 2

Pizza
Fruta de temporada
Jugo natural

MARTES 3

Nuggets de pollo con
papitas fritas
Fruta de temporada
Jugo Natural

MIÉRCOLES 4

Choclo con queso
Fruta de temporada
Jugos Natural

JUEVES 5

Empanada de verde
Fruta de temporada
Avena de naranjilla

VIERNES 6

Waffles de frutos rojos
con yogurt de vainilla
Fruta de temporada
Jugo natural

LUNES 9

Nachos con guacamole
y queso
Fruta de temporada
Jugo natural

MARTES 10

Pan de banano
Fruta de temporada
Jugo natural

MIÉRCOLES 11

Empanada de viento
Fruta de temporada
Jugo natural

JUEVES 12

Sánduche de pollo
Fruta de temporada
Jugo Natural

VIERNES 13

Tostada francesa
Yogurt griego
Fruta de temporada

LUNES 16

Spaguetti de carne
Mix de frutas variadas de
temporada
Jugo Natural

MARTES 17

Taco de pollo con queso
Fruta de temporada
Jugo natural

MIÉRCOLES 18

Torta de papa rellena
Fruta de temporada
Jugo natural

JUEVES 19

JUNTA S DE CURSO

VIERNES 20

JUNTA S DE CURSO

LUNES 23

Sánduche de atún
Fruta de temporada
Jugo natural

MARTES 24

Empanada de morocho
Fruta de temporada
Jugo natural

MIÉRCOLES 25

Maduro con queso
Fruta de temporada
Jugo natural

JUEVES 26

Quiche de queso y
verduras
Fruta de temporada
Jugo natural

VIERNES 27

Pastel de chocolate
Fruta de temporada
Jugo natural

LUNES 30

Rollitos de queso
Fruta de temporada
Jugo Natural

MARTES 31

Alitas en salsa de miel y
mostaza
Fruta de temporada
Jugo natural

Buy Mart

Menú ALMUERZOS Marzo

MENSUAL
DIARIO

\$ 62.00
\$ 3.10

LUNES 2

Encocado de pescado
Arroz blanco y patacones
Ensalada de pepinillo
y cherry
Jugo natural

MARTES 3

Pollo Teriyaki
Arroz amarillo
Ensalada de tomate y
aguacate
Jugo natural

MIÉRCOLES 4

Carne asada a la plancha
Arroz con papas en salsa
de maní
Ensalada de lechuga
y tomate
Jugo natural

JUEVES 5

Pollo al horno en salsa de
naranja
Arroz blanco
Ensalada de coliflor,
vainita y zahoria
Jugo natural

VIERNES 6

Encebollado
Porción de arroz blanco
Chifles y canguil
Jugo natural

LUNES 9

Pollo al horno
Puré de papa
Ensalada de vainita y
zanahoria
Jugo natural

MARTES 10

Lomo en salsa de tocino
Arroz amarillo
Ensalada de zanahoria
rallada y pasas
Jugo natural

MIÉRCOLES 11

Tilapia apanada
Menestra de lentejas
Encurtido de cebolla y
tomate
Jugo Natural

JUEVES 12

Arroz relleno (vegetales,
pollo y huevo)
Maduro frito
Ensalada de tomate
Jugo natural

VIERNES 13

Chuleta de cerdo
con salsa bbq
Papas con salsa de queso
Ensalada de tomate y
pimientos verdes
Jugo natural

LUNES 16

Carne guisada
Arroz verde
Ensalada rusa
Jugo natural

MARTES 17

Tilapia apanada
Patacones
Ensalada de tomate y
pepino
Jugo natural

MIÉRCOLES 18

Muslos de pollo a la
mostaza
Puré de papa
Ensalada de lechuga,
aguacate y tomate
Jugo natural

JUEVES 19

Fusili con pollo
Ensalada caprese
Jugo natural

VIERNES 20

Pollo broaster estilo KFC
Papas Fritas
Ensalada de repollo y
zanahoria
Jugo natural

LUNES 23

Pechuga a la plancha
Pasta con salsa napolitana
Ensalada de zuquini,
zanahoria y champiñones
salteados
Jugo natural

MARTES 24

Carne con cebollas
caramelizadas
Arroz amarillo
Ensalada de vainita y
choclo dulce
Jugo natural

MIÉRCOLES 25

Camarones apanados
Arroz blanco y patacones
Encurtido de tomate y
cebolla
Jugo natural

JUEVES 26

Lasagna de carne
Ensalada lechuga y tomate
Jugo natural

VIERNES 27

Fritada
Papas criollas y mote
Encurtido de cebolla y
tomate
Jugo natural

LUNES 30

Goulash de res
Torta de maduro
Ensalada de zanahoria y
vainitas
Jugo natural

MARTES 31

Canelones de pollo
Ensalada de lechuga y
tomate
Jugo natural