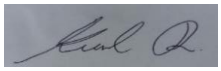
MENUS SENA TRABAJADORES							
	MENU 1	**MENU 2**	**MENU 3**	**MENU 4**	**MENU 5**	**MENU 6**	**MENU 7**
SOPA O CREMA	SOPA DE POLIADA	SOPA DE PASTA	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE ARRANCADAS	SOPA DE CEREALES	SOPA DE GUINEO	SOPA DE CABELLO DE ANGEL
ARROZ	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ CON ARVEJA	ARROZ BLANCO CON CABELLO DE ANGEL	ARROZ AL PEREJI	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ BLANCO CON PIMENTON	ARROZ BLANCO VERDE
PROTEINA	CHULETA DE CERDO	POLLO EN SALSA CRIOLLA	CARNE DE RES EN SALSA CHIMICHURRY	CARNE MOLIDA CON CEBOLLA Y PIMENTON .	CARNE GOULASH GUISADA	TRUCHA APANADA	POLLO EN SALSA BBQ
LEGUMINOSA	LENTEJAS GUISADAS	BLANQUILLO	ALVERJA GUISADA	FRIJOL GUISADO	LENTEJAS GUISADAS	ARVEJA GUISADA	GARBANZOS GUISADOS
VERDURA	ENSALADA DE: LECHUGA, ZANAHORIA RALLADA, TOMATE Y CEBOLLA CON LIMON	ENSALADA DULCE: MANGO, REPOLLO, MANZANA, APIO, PAPAYA , UVAS PASAS CON CREMA CHANTILLY	ENSALADA DE: TOMATE, ZANAHORIA, CEBOLLA Y REMOLACHA CON MAYONESA	ENSALADA DE TOMATE, PEPINO, REPOLLO MORADO Y RABANOS EN SALSA DE AGUACATE	ENSALADA PROVINCIAL: REPOLLO, TOMATE EN CUADROS, CEBOLLA MORADA EN JULIANAS Y ZANAHORIA CON VINAGRETA DE ALBAHACA.	ENSALADA DULCE DE LECHUGA, PAPAYA EN CUADROS, UVAS PASAS, PIÑA CALADA ZANAHORIA RALLADA, CON VINAGRETA DE MANGO	VERDURAS MIXTAS: COLIFLOR,HABICHUELAS, PIMENTON Y ZANAHORIA EN BASTONES CON MAYONESA
GUARNICION	YUCA GUISADA	PAPA EN CASCOS	PURE DE PAPA AMARILLA CREMOSO	TAJADA DE MADURO	PAPA CON CASCARA	PATACONES FRITOS	PAPAS FRITAS
JUGO DE FRUTA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE MORA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE LULO	JUGO DE MANGO	JUGO DE PIÑA
JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRESA	JUGO DE LULO	JUGO DE MANGO	JUGO DE MORA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE TOMATE	JUGO DE FRESA
POSTRE	POSTRE DE CHOCOLATE	FLAN DE FRESA	FLAN DE LECHE	BOCADILLO	MOUSSE DE FRUTOS ROJOS	POSTRE DE LIMON	FLAN DE CARAMELO

	MENU 8	**MENU 9**	**MENU 10**	**MENU 11**	**MENU 12**	**MENU 13**	**MENU 14**
SOPA O CREMA	SOPA DE TRIGO	SOPA DE LOCRO	CREMA DE AHUYAMA CON PAPA FOSFORO	SOPA DE AVENA	SOPA DE CEBADA	SOPA DE ARROCILLO	SOPA DE HARINA FRITA
ARROZ	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO CON CABELLO DE ANGEL	ARROZ BLANCO CON PIMENTON	ARROZ CON AJONJOLI	ARROZ BLANCO CON ZANAHORIA	ARROZ AL PEREJIL
PROTEINA	HAMBURGUESA DE RES	POLLO EN SALSA CRIOLLA	FILETE DE BASA FRITO COMPLETO	FILETE DE PECHUGA EN SALSA DE CHAMPIÑONES	CARNE DE CERDO EN SALSA CRIOLLA	POLLO EN PRESA GUISADO	HAMBURGUESA DE CARNE MOLIDA
LEGUMINOSA	BLANQUILLO GUISADO	FRIJOL ROJO GUISADO	ARVEJAS GUISADAS	GARBANZOS GUISADOS	LENTEJAS GUISADAS	FRIJOL ROJO GUISADO	BLANQUILLO GUISADO
VERDURA	ENS. PEPINO,LECHUGA Y TOMATE Y AGUACATE	ENSALADA HAWAIANA: UVAS PASAS, PIÑA EN CUADROS, LECHUGA, PAPAYA	ENSALADA DE: TOMATE, LECHUGA, ESPINACA, APIO, RABANO EN SALSA RANCH	ENSALADA VERDE: PEPINO, LECHUGA, AGUACATE EN CUADROS Y RABANO CON VINAGRETA	VERDURAS SALTEADAS: ZANAHORIA PIMENTON, BROCOLI Y COLIFLOR EN SALSA DE SOYA	ENSALADA DE LECHUGA, BROCOLI Y TOMATE EN CASCOS CON CUADROS DE AGUACATE Y CILANTRO	ENSALADA DE: LECHUGA, APIO RABANO Y TOMATE EN VINAGRETA CESAR
GUARNICION	TAJADAS DE MADURO	PAPA CON CASCARA	CHIPS DE PLATANO	PAPA RUSTICA EN CASCOS	YUCA AL VAPOR	PAPA CHALECO	PURE DE PAPA AMARILLA
JUGO DE FRUTA	JUGO DE GUANABANA	JUGO TROPICAL	JUGO DE FRESA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE MORA
JUGO DE FRUTA	JUGO DE LULO	JUGO DE MORA	JUGO DE MANGO	JUGO DE GUANABANA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE FRESA	JUGO DE TOMATE
POSTRE	GELATINA DE LIMON	POSTRE DE MERMELADA DE PIÑA CON QUESO	FLAN DE COCO	POSTRE DE CHOCOLATE	POSTRE DE MORA CON QUESO	ESPONJADO DE FRESA	FLAN DE VAINILLA

	MENU 15
SOPA O CREMA	SOPA DE AJIACO
ARROZ	ARROZ BLANCO
PROTEINA	POLLO EN SALSA CRIOLLA
LEGUMINOSA	ARVEJAS GUISADAS
VERDURA	ENSALADA DE: BROCOLY, COLIFLOR, ZANAHORIA, PIMENTON EN JULIANAS GUISADO
GUARNICION	TAJADAS DE MADURO
JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRESA
JUGO DE FRUTA	JUGO DE PIÑA
POSTRE	GELATINA DE MORA

ELABORADOS POR:



Karol Diviana Rubiano Mora
Nutricionista
MD. 07531