



MEALS ON WHEELS

Menú de muestra 2026



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	1 <u>Pollo al Limón y Queso Feta</u> Pasta Orzo Verduras Mixtas Postre	2 <u>Filete al Salisbury</u> Pasta Integral de Huevo Salsa de Hongo Verduras Mixtas Puré de Manzana	3 <u>Pollo con Salsa Búfalo *FRIO*</u> Apio, Zanahoria Pan Pita Integral Pera Entera	<u>Ensalada Tex-Mex con Gambas *FRIA*</u> Arroz Integral, Maíz, Frijoles, Gambas, Repollo, Aderezo de Cilantro y Cítricos, Pepitas de Calabaza, Tiras de Tortilla Frita Durazno Postre <i>Alt: de Pollo</i>
7 <u>Lasaña de Res</u> Zanahoria, Maíz, Ejotes, Chícharos Trozos de Manzana	8 <u>Taco de Pescado en Tazón</u> Arroz y Frijoles a la Cubana Salsa de Piña y Mango Maíz Postre <i>Alt: de Pollo</i>	9 <u>Pasta Pesto con Pollo</u> Pasta Integral Brócoli Mandarinas	10 <u>Pollo a la Barbacoa</u> Arroz Integral Pimientos Rojos y Cebollas Maíz Postre	11 <u>Ensalada de Pasta y Verduras al Mediterránea *FRIA*</u> Pasta Integral, Garbanzos, Verduras Asadas, Aderezo Italiano, Queso Feta Frutas Mixtas Postre
14 <u>Guisado de Pasta de Atún</u> Calabacín, Ejotes, Zanahoria Postre <i>Alt: de Pollo</i>	15 <u>Arroz con Jamón y Verduras</u> Cebada, Arroz Integral, Chícharos, Espárragos, Espinacas, Salsa Pesto Zanahorias Pera Postre <i>Alt: de Pavo</i>	16 <u>Tazón de Bolitas de Papa</u> Bolitas de Papa, Huevos Revueltos, Verduras Salteadas Postre	17 <u>Ensalada de Pollo Asiático *FRIA*</u> Arroz, Edamame, Zanahoria, Pollo, Pimiento Rojo, Fideos Fritos 'Chow Mein' Duraznos	18 <u>Sándwich de Carne Picada</u> Panecillo Integral Papas Asadas Ejotes Pure de Manzana con Canela
21 <u>Pavo Asado</u> Pasta Integral Relleno Integral de Pavo Salsa de Pavo Zanahorias Glaseadas Trozos de Manzana	22 <u>Pastel de Carne</u> Puré de Papa, Salsa de Carne, Brócoli Calabacín, Calabacín Amarillo, Ejotes, Pimiento Rojo, Tomate, Cebolla, Espinacas, Postre	23 <u>Pollo Teriyaki</u> Arroz Integral Ejotes Salteados Frutas Mixtas Postre	24 <u>Pescado con Salsa Romesco</u> Pasta Integral con Mantequilla Chícharos Peras <i>Alt: de Pollo</i>	25 <u>Ensalada de Pollo al Curry *FRIA*</u> Lechugas Mixtas Ensalada de 3 Frijoles Pan Pita Integral Postre
28 <u>Pescado al Horno con Hierbas Aromáticas</u> Arroz Mediterráneo con Cebada Batata al Horno Postre <i>Alt: de Pollo</i>	29 <u>Macarrones con Queso</u> Pasta Integral Coliflor, Ejotes, Frijoles de Lima, Calabacín, Zanahoria Puré de Manzana con Moras, Postre	30 <u>Pasta con Salsa de Carne</u> Pasta Integral Verduras Mixtas Frutas Mixtas	1 <u>Ensalada César con Pollo *FRIA*</u> Panecillo, Mantequilla Postre	2 <u>Lomo a la Barbacoa</u> Frijoles Cocidos Papas de Desayuno Plátano <i>Alt: de Pollo</i>