La cocina de María
Casero y saludable

Menú OCTUBRE

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA DEL 05 AL 09	MP: Milanesa de pollo con arroz y tomates OP: Tortilla de espinaca con ensalada multicolor P: Fruta	MP: Burrito de carne con papas y boniato OP: Churrascos de cerdo con salsa barbacoa y pure P: Torta de banana	MP: Miniaturas de pescado con calabaza al horno y arroz OP: Creps de jamon y queso con salsa rosa y arroz P: Fruta	MP: Ravioles de j y q con salsa filetto OP: Lasaña vegetariana con arroz P: Arrollado de ddl	MP: Hamburguesas al pan con papas fritas OP:Finito de carne al pan con papas noisette P: Helado
SEMANA DEL 13 AL 16	FERIADO	MP: Milanesa de carne con pure OP: budin de vegetales y queso con arroz y ensalada P: Gelatina	MP: Pescado a la plancha con arroz primavera OP: Hamburguesas caseras al plato con papas y boniatos P: Fruta	MP: Spaguettis con tuco de carne OP: Canelones de espinaca y ricotta con salsa bechamel P: Brownie	MP:Formitas de pollo con papas fritas OP:Milanesa de carne con huevo a la plancha ny papas noisette P: Helado
SEMANA DEL 19 AL 23	MP: Milanesa de pollo con tirabuzones y vegetales OP: Tortilla de arroz ,queso y vegetales con ensalada P: Fruta	MP: Bondiola al horno con calabaza y zanahoria al horno OP:Pan de carne con pure P: Arroz con leche	MP: Pescado a la marinera con papas rusticas OP: Arrolladitos primavera con arroz chow fan P: Fruta	MP: Macarrones con salsa tres quesos OP: Burritos de cerdo con arroz y tomates P: Carrot cake	MP: Hamburguesas al pan con papas fritas OP: Milanesa napolitana de pollo con papas noisette P: Helado
SEMANA DEL 26 AL 30	MP: Milanesa de carne con arroz salteado OP: Sufle de brocoli con quinoa y ensalada P: Fruta	MP: Strogonoff de pollo con pure de papas OP: Pastel de carne con ensalada P: Flan	MP: Bastones de pescado con papas y calabaza OP: Milanesa de lomito con pure mixto P: Fruta	MP: Ñoquis con salsa boloñesa OP: Ñoquis con salsa champi P: Salchichon	MP: Formitas de pollo con papas fritas OP: Finito de pollo al pan con papas noisette P: Helado