



**COLEGIO WARD**  
**MENÚ DE MARZO 2023**

			MIERCOLES 1º DE MARZO	JUEVES 2	VIERNES 3
MENÚ			ENSALADA FRESCA RISOTTO TRADICIONAL DE POLLO (arroz, pollo, arvejas, crema, verduras, especias)	ENSALADA FRESCA MILANESA DE TERNERA PURÉ DE ZAPALLO Y PURÉ DE BATATA	ENSALADA FRESCA TACOS MEXICANOS (dados de carne, de pollo, juliana de verduras) PAPAS BASTÓN
OPCIÓN			MILANESA DE SOJA A LA SUÍZA TORTILLA DE VERDURAS	LASAGNA DE VERDURAS Y RICOTTA EN SALSA CASERA DE TOMATE Y ALBAHACA	NUGGET'S CASEROS DE PESCADO RUEDAS DE CALABAZA AL OLEO
APTO CELÍACO			ENSALADA APTO CELÍACO PECHUGA DE POLLO GRILLE CON ARROZ Y SALTADO DE VERDURAS FRUTA FRESCA	ENSALADA APTO CELÍACO MILANESA APTO CELÍACO CON ZAPALLO Y BATATA FRUTA FRESCA	ENSALADA APTO CELÍACO ROLLS DE PESCADO APTO CELÍACO RUEDAS DE CALABAZA FRUTA FRESCA
MENÚ VEGETARIANO			ENSALADA FRESCA RISOTTO CON CEBADA PERLADA Y LEGUMBRES	ENSALADA FRESCA LASAGNA DE VERDURAS CON SALSA DE TOMATE Y ALBAHACA	ENSALADA FRESCA TACOS VEGETARIANOS CON PAPAS BASTÓN
	LUNES 6	MARTES 7	MIERCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
PLATO PRINCIPAL	ENSALADA FRESCA POLLO AL HORNO SALSA DE HONGOS CON BATATAS Y CALABAZAS DORADAS	ENSALADA FRESCA ÑOQUIS, TALLARINES, TIRABUZONES SALSAS TUCO, ROSA Y BECHAMEL	ENSALADA FRESCA CAZUELA DE POLLO AL VERDEO CON ARROZ	ENSALADA FRESCA MILANESA DE TERNERA PURÉ DE PAPAS Y PURÉ DE ZAPALLO	ENSALADA FRESCA VARIEDAD DE PIZZAS MOZZARELLA, NAPOLITANA, FUGAZZETA, MARGARITA
OPCIÓN	REVUELTO GRAMAJO TRADICIONAL	CARNE AL HORNO MECHADA WOK DE VERDURAS	NUGGET'S CASEROS DE PESCADO BUDIN DE VERDURAS	VARIEDAD DE TARTAS CAPRESSE, PUERRO, ZANAHORIA Y CHOCLO	PRESITAS DE POLLO A LA NARANJA CHIPS DE BATATAS
APTO CELÍACO	ENSALADA APTO CELÍACO PECHUGA DE POLLO APTO CELÍACO CON BATATAS Y CALABAZAS FRUTA FRESCA	ENSALADA APTO CELÍACO PASTAS APTO CELÍACO SALSA CASERA SIN TACC FRUTA FRESCA	ENSALADA APTO CELÍACO PECHUGA DE POLLO GRILLE CON ARROZ Y VERDURAS FRUTA FRESCA	ENSALADA APTO CELÍACO MILANESA APTO CELÍACO CON PAPAS Y ZAPALLOS FRUTA FRESCA	ENSALADA APTO CELÍACO PIZZA APTO CELÍACO O PECHUGA DE POLLO CON BATATA FRUTA FRESCA
MENÚ VEGETARIANO	ENSALADA FRESCA CHOP SUEY DE VERDURAS Y LENTEJAS	ENSALADA FRESCA ALBONDIGAS DE GARBANZOS WOK DE VERDURAS	ENSALADA FRESCA RISOTTO DE HONGOS, VEGETALES Y LEGUMBRES	ENSALADA FRESCA TARTA CAPRESSE, DE PUERRO DE ZANAHORIA Y CHOCLO	ENSALADA FRESCA VARIEDAD DE PIZZAS CON TOMATE, CON RUCULA, CON MOZZARELLA
	LUNES 13	MARTES 14	MIERCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
PLATO PRINCIPAL	ENSALADA FRESCA CARNE AL HORNO SALSA DEMIGLACE ARROZ AZAFRANADO / ARROZ INTEGRAL	ENSALADA FRESCA MILANESA DE POLLO CON CALABAZA Y PAPAS DORADAS	ENSALADA FRESCA RANJOLIS, SPAGHETTI, CODITOS SALSAS DE TUCO, BLANCA Y ROSA	ENSALADA FRESCA PASTEL DE PAPAS ESCOLAR (carne cortada a cuchillo, pure de papas, especias)	ENSALADA FRESCA FILET DE PESCADO A LA ROMANA CON CALABAZAS Y PAPAS ASADAS
OPCIÓN	MILANESA DE SOJA CHIPS DE REMOLACHA Y ZANAHORIA	VARIEDAD DE TARTAS CAPRESSE, PUERRO, PASCUALINA	BONDIOLA DE CERDO MECHADA CHIPS DE BOÑATO Y ZANAHORIAS	BROCHETTE DE POLLO BUDIN DE VERDURAS	TERNERITA A LA ESPAÑOLA
APTO CELÍACO	ENSALADA APTO CELÍACO BIFE A LA PLANCHA CON ARROZ Y VERDURAS FRUTA FRESCA	ENSALADA APTO CELÍACO MILANESA APTO CELÍACO CALABAZAS Y PAPAS FRUTA FRESCA	ENSALADA APTO CELÍACO PASTAS APTO CELÍACO SALSA SIN TACC FRUTA FRESCA	ENSALADA APTO CELÍACO PECHUGA DE POLLO GRILLE CON WOK DE VERDURAS FRUTA FRESCA	ENSALADA APTO CELÍACO ROLLS DE PESCADO SON TACC CON VERDURAS FRUTA FRESCA
MENÚ VEGETARIANO	ENSALADA FRESCA MILANESA DE SOJA CHIPS DE REMOLACHA Y ZANAHORIA	ENSALADA FRESCA TARTA PUERRO, CAPRESSE PASCUALINA	ENSALADA FRESCA VARIEDAD DE PASTAS SIN CARNE VARIEDAD DE SALSAS SIN CARNE	ENSALADA FRESCA BROCHETTE DE VEGETALES BUDIN DE VERDURAS	ENSALADA FRESCA HAMBURGUESA DE LENTEJAS CALABAZAS Y PAPAS
	LUNES 20	MARTES 21	MIERCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
PLATO PRINCIPAL	ENSALADA FRESCA POLLO AL HORNO papas doradas	ENSALADA FRESCA CAPELETTIS, FUSSELLIS, TALLARINES SALSAS 4 QUESOS, PARISIEN, ROSA	ENSALADA FRESCA CAZUELA DE POLLO AL VERDEO CON ARROZ	ENSALADA FRESCA MILANESA DE TERNERA CON ESPINACA A LA CREMA Y Pure de papas	FERIADO
OPCIÓN	CREPES DE VERDURA Y RICOTTA EN SALSA DE TOMATE Y ACEITUNAS	CARRÉ DE CERDO A LA CIRUELA PURÉ E MANZANA	VARIEDAD DE TARTAS JAMON Y QUESO, PASCUALINA, PUERRO	BROCHETTE MIXTA CON CALABAZA Y ZANAHORIA	
APTO CELÍACO	ENSALADA APTO CELÍACO PECHUGA DE POLLO GRILLE CON PAPAS Y VEGETALES FRUTA FRESCA	ENSALADA APTO CELÍACO PASTAS APTO CELÍACO SALSAS SIN GLUTEN FRUTA FRESCA	ENSALADA APTO CELÍACO PECHUGA DE POLLO GRILLE CON ARROZ Y VEGETALES FRUTA FRESCA	ENSALADA APTO CELÍACO MILANESA APTO CELÍACO CON PAPAS Y ZANAHORIAS FRUTA FRESCA	
MENÚ VEGETARIANO	ENSALADA FRESCA CREPES DE VERDUR Y RICOTTA SALSAS DE TOMATE Y ACEITUNAS	ENSALADA FRESCA ALBONDIGAS DE GARBANZOS CON WOK DE VERDURAS	ENSALADA FRESCA TARTA PASCUALINA TARTA DE PUERRO	ENSALADA FRESCA MILANESA DE BERENJENAS CON PAPAS Y ZANAHORIAS	
	LUNES 27	MARTES 28	MIERCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 31
PLATO PRINCIPAL	ENSALADA FRESCA TORTELETTIS, TAGLIATELLIS, MOSTACHOLES SALSAS TUCO, 4 QUESOS, ROSA	ENSALADA FRESCA TERNERITA A LA ESPAÑOLA CON PAPAS	ENSALADA FRESCA FILET DE PESCADO A LA ROMANA CON ARROZ AL OLEO	ENSALADA FRESCA TACOS MEXICANOS (dados de carne, de pollo, juliana de verduras) PAPAS BASTÓN	ENSALADA FRESCA MILANESA APTO CELÍACO PURÉ MIXTO
OPCIÓN	MILANESA DE SOJA NAPOLITANA BUDIN DE VERDURAS	VARIEDAD DE TARTAS JAMON Y QUESO, PASCUALINA HUMITA	PRESITAS DE POLLO CON SALSA TERIYAKI CON ACELGA A LA CREMA	BONDIOLA DE CERDO MECHADO PURÉ DE ZANAHORIAS	REVUELTO GRAMAJO TRADICIONAL
APTO CELÍACO	ENSALADA APTO CELÍACO PASTAS APTO CELÍACO SALSA CASERA SIN TACC FRUTA FRESCA	ENSALADA APTO CELÍACO BIFE A LA PLANCHA CON PAPAS FRUTA FRESCA	ENSALADA APTO CELÍACO ROLLS DE PESCADO APTO CELÍACO CON ARROZ FRUTA FRESCA	ENSALADA APTO CELÍACO BIFECITO DE CERDO GRILLE CON ZANAHORIAS FRUTA FRESCA	ENSALADA APTO CELÍACO MILANESA APTO CELÍACO CON PAPAS Y CALABAZAS FRUTA FRESCA
MENÚ VEGETARIANO	ENSALADA FRESCA MILANESA DE SOJA BUDIN DE VERDURAS	ENSALADA FRESCA CHOP SUEY DE VERDURAS Y LEGUMBRES	ENSALADA FRESCA ALBONDIGAS DE LENTEJAS CON ARROZ	ENSALADA FRESCA TACOS VEGETARIANOS CON PAPAS BASTÓN	ENSALADA FRESCA REVUELTO DE ZAPALITOS CON RUEDAS DE CALABAZA Y GARBANZOS

NOTA  
Diariamente se brinda variedad de verduras frescas de estación en las ensaladas a elección.  
por política de la empresa no damos preparaciones con carne picada.  
Diariamente hay variedad de postres como, gelatina, flan, ensalada de frutas, queso y dulce, y muchos otros.  
Todos los días hay elección de frutas, las mismas se pueden encontrar enteras o fileteadas en la línea de servicio.  
Solicitándolo se brinda alternativa de bife o pollo diario  
Asesoramiento nutricional:  
\*Lic. Luz Vieyra Capdepont.



CONSEJONARIOS  
COMEDORES  
FINANCIEROS Y ESCOLARES