

B.1. TIPOS DE MENÚS

MENÚ 1

Facultad Miguel Alemán "Cabrero" S.N.
Calle 13 No. 1333, Zona Industrial, San Juan, Pinar del Río, Cuba
Tel: 987 33 11 11
Código Postal: 70000

	ALMUERZO	KCAL P/L/HdC	CENA	KCAL P/L/HdC
LUNES	1° Farfalle con salsa de tomate y carne picada de ternera 2° Ensalada 3: Lechuga, tomate y aceitunas + Merluza rebozada Postre: Fruta de temporada	1050 41/47/123	1° Pizza casera (tomate, queso y pollo) 2° Ensalada 4: lechuga, tomate y melva Postre: Fruta de temporada	876 29/40/100
MARTES	1° Arroz guisado con chocos, gambas, guisantes, pimiento rojo y alcachofas 2° Pollo guisado con ensalada Postre: Fruta de temporada	866 40/66/100	1° Revuelto de huevos, salchichas de pollo / pavo y patatas. 2° Ensalada 5: Ensalada (lechuga, tomate, zanahoria y maíz). Postre: Flan	954 48/52/75
MIÉRCOLES	1° Cocido de garbanzos con gallina, verduras, ternera y patatas 2° Ensalada 7: lechuga, tomate, queso fresco, jamón de pavo y maíz Postre: Fruta de temporada	701 55/25/85	1° Pisto de verduras (berenjena, calabacín, zanahoria, tomate, pimiento, cebolla) * 2° Fritura variada (croquetas pollo, nuggets, empanadillas atún, palitos merluza) Postre: Yogur	912 29/57/72
JUEVES	1° Potaje de lentejas con patata, calabaza, zanahoria y chorizo 2° Merluza al horno con salsa de verduras (pimiento verde, cebolla, tomate, zanahoria) Postre: Fruta de temporada	989 58/49/79	1° Arroz caldoso con albóndigas de pollo/pavo, zanahoria, cebolla, tomate, calabacín y guisantes 2° Ensalada 4: lechuga, tomate y melva Postre: Fruta de temporada	766 32/22/110
VIERNES	1° Arroz a la cubana con salsa de tomate y salchichas de pollo/pavo 2° Fritura de pescado (boquerones, bacaladillas...) Postre: Yogur	916 39/340/99		

*Las verduras se preparan cocidas y rebogadas, no fritas.

*El pescado puede variar según la disponibilidad del proveedor

* Utilizar **pasta y pan sin gluten** para celiacos y **harina de trigo sin gluten** para las frituras