



cr 3 # 4-106 La pola, Ibagué
3228189270





Menú

ejecutivo



LUNES

- Sopa de guineo
- Principio: pasta, zucchini o frijol.
- Proteína: Res, cerdo, pollo sudado, albóndigas o hígado encebollado.
- **Especial** : Mojarra frita
- Limonada.
- Ensalada.

MARTES

- Sopa de arroz
- Principio: acelga, puré de papa o frijol.
- Proteína: pechuga en salsa de piña, res, cerdo o pernil dorado.
- Jugo de mora.
- Ensalada.

MIÉRCOLES

- Sopa de arracacha
- Principio: Pepino guisado, macarrones o frijol.
- Proteína: res sudada, cerdo, hígado encebollado o pechuga.
- **Especial**: Costillas de cerdo.
- Jugo de guayaba.
- Ensalada.

JUEVES

- Sopa de cuchuco
- Principio: Frijol, arveja, o chop suey.
- Proteína: pechuga, res, cerdo o pierna pernil dorada.
- Jugo de lulo.
- Ensalada.

VIERNES

- Sopa de pasta.
- Principio: Lenteja, zucchini o frijol.
- Proteína: Costillas de res, pierna pernil dorada, res o cerdo.
- Especial: Arroz mixto.
- Jugo de maracuyá
- Ensalada
-

SÁBADO

- Sopa de ajiaco.
- Principio: Arveja, pasta o frijol.
- Proteína: Cerdo, res sudada, pollo sudado, res o cerdo.
- Limonada.
- Ensalada.

DOMINGO

- Sopa de sancocho.
- Sancocho de pollo.
- Bandeja Paisa.
- Sobrebarriga asada.
- Mojarra frita.
- Cachama sudada.
- Costillas de cerdo BBQ.

Cocinamos Con amor para Ciudadarte

COCOCU





Menú ejecutivo



LUNES

- Sopa de avena.
- Principio: frijol, lenteja o brócoli.
- Proteína: pechuga, res, cerdo, pierna pernil dorada.
- **Especial: Costillas de cerdo BBQ**
- Jugo de mora.
- Ensalada.

MIÉRCOLES

- Sopa de arroz.
- Principio: frijol calabacín o macarrones.
- Proteína: Pechuga, res, cerdo, albóndigas o pierna pernil dorada.
- **Especial: Costillas de cerdo en vegetales.**
- Limonadal.
- Ensalada

VIERNES

- Sopa de cebada.
- Principio: Frijol, poteca de ahuyama o spaghetti.
- Proteína: Pechuga, cerdo, res, lengua sudada o pierna pernil dorada.
- **Especial: Arroz con pollo.**
- Jugo de tomate de árbol.
- Ensalada.

DOMINGO

- Sopa de sancocho.
- Sancocho de pollo.
- Sobrebarriga.
- Mojarra frita.
- Costillas de cerdo BBQ.
- Cachama sudada.

MARTES

- Sopa de cuchuco.
- Principio: frijol, garbanzo o verduras saltadas.
- Proteína: Costilla de res, hígado encebollado, pechuga o cerdo.
- Jugo de guayaba.
- Ensalada.

JUEVES

- Sopa de plátano.
- Principio: frijol, arvejas o puré de papa.
- Proteína: Cerdo, res con vegetales, pechuga o hígado encebollado.
- Jugo de maracuyá.
- Ensalada

SÁBADO

- Sopa de ajiaco.
- Principio: Chop suey, frijol o lenteja.
- Proteína: cerdo, res, pernil al horno.
- Limonada.
- Ensalada.

Cocinamos Con amor para Uidarte

COCOCU

