

## Welcome Gastropedagogia

"Gastropedagogía" parece término fascinante! Parece combinar elementos de la gastronomía (el estudio de la comida y la cultura) con la pedagogía (el arte de enseñar). Si tuvieramos que adivinar, podríamos referirnos a un enfoque educativo que implica enseñar sobre alimentación, nutrición, habilidades culinarias y tal vez incluso los aspectos culturales y sociales de la comida. ¡Parece una forma deliciosamente enriquecedora de aprender !"asi que has parte de este mundo con nosotros.

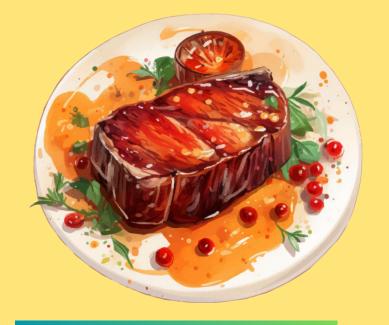




"Alimentarse bien para vivir mejor"



#### Jueves 01





Viernes 02

GOULASH/ CERDO TERIYAKI

ARROZ BLANCO / ARROZ TIGRE PAPA FRANCESA RUSTICA **ESPINACA PEPINO** 

**MAIZ TIERNO** TOMATE

JUGO / AGUA / AGUA SABORIZADA POSTRE O FRUTA





ALBONDIGAS
ATOMATADAS /
POLLO AL HORNO
ARROZ NIEVE /
ARROZ PEREJIL
PAPA CRIOLLA
LECHUGA,
AGUACATE,
TOMATE,
CEBOLLA ROJA,
CILANTRO
JUGO / AGUA /
AGUA SABORIZADA

POSTRE O FRUTA

#### **Martes 06**



COLOMBINAS EN CORTEZA / CERDO AL HORNO FINAS HIERBAS LENTEJAS A LA CRIOLLA ARROZ BLANCO PLATANO AL HORNO TOMATE ,LECHUGA , PEPINO, **ZANAHORIA** JUGO / AGUA / AGUA **SABORIZADA** POSTRE O FRUTA

#### Miercoles 07



CARNE EN GOULASH/
POLLO CON
CHAMPIÑONES
ARROZ PAJARITO /
ARROZ NIEVE
TORTA DE
ZANAHORIA
REMOLACHA,
TOMATE,PEPINO,
LECHUGA ROMANA
JUGO / AGUA / AGUA
SABORIZADA
POSTRE O FRUTA

#### Jueves 08



CERDO BBQ / RES
MEDALLONES AL
HORNO
ARROZ VERDE
/ARROZ BLANCO
MARRANITAS DE
PLATANO
ENSALADA
WALDORF
JUGO / AGUA /

AGUA /
AGUA /
AGUA /
AGUA /
AGUA /
SABORIZADA
POSTRE O FRUTA

#### Viernes 09



PECHUGA RELLENA
SALSA PRIMAVERA
/ PESCADO
APANADO
ARROZ CON
TOCINETA / ARROZ
NIEVE
PAPA MAYONEZA Y
PEREJIL
MANGO, FRESA,

MANGO, FRESA, ESPINACA, LECHUGA

JUGO / AGUA / AGUA SABORIZADA POSTRE O FRUTA



ARROZ ATOLLADO

YUCA CROQUETA

ZANAHORIA, PIÑA , UVAS PASAS , MANGO

JUGO / AGUA / AGUA SABORIZADA POSTRE O FRUTA

#### **Martes 13**



CARNE MOLIDA / **BONDIOLA FINAS** HIERBAS FRIJOL BLANQUILLO ARROZ BLANCO CRIOLLITAS LECHUGA, TOMATE, AGUACATE, CILANTRO, **CEBOLLA MORADA** JUGO / AGUA / AGUA SABORIZADA

POSTRE O FRUTA

### Miercoles 14



ALBONDIGAS /
POLLO VERACRUZ

\*\*\*

PASTA CORTA /
SPAGUETTI
PAN AJO
TOMATE
PRIMAVERA

JUGO / AGUA / AGUA SABORIZADA POSTRE O FRUTA

#### Jueves 15



CERDO TERIYAKY /
PECHUGA GRILLE
\*\*\*

ARROZ NIEVE / ARROZ PEREJIL

TORTA VERDURAS

#### **MIX FRUTA**

JUGO / AGUA / AGUA SABORIZADA POSTRE O FRUTA Viernes 16



SOPA DE LA
ABUELA
RAGU DE CERDO /
MUCHACHO FINAS
HIERBAS
ARROZ ESMERALDA
PATACON MADURO
PALITOS DE
ZANAHORIA, APIO,
ZUQUINI
BLANQUEADOS

JUGO / AGUA / AGUA SABORIZADA POSTRE O FRUTA



ESTOFADO DE RES/POLLO **JARDINERA** ARROZ DE COCO PLÁTANO MADURO AL HORNO LECHUGA CRESPA. TOMATE VERDE, PEPINO, ZANAHORI JUGO / AGUA / AGUA SABORIZADA POSTRE O FRUTA

#### **Martes 20**



CARNE DE RES ASADA / CERDO BBQ FRIJOL VERDE **ARROZ BLANCO** PAPA SALADA ZANAHORIA LECHUGA ROMANA ,TOMATE, PEREJIL JUGO / AGUA / AGUA **SABORIZADA** POSTRE O FRUTA

#### Miercoles 21



CREMA DE AHUYAMA POLLO ESTOFADO /ASADO VACIOS FINAS HIERBAS ARROZ AL PIMENTÓN PAPA CRIOLLA MELÓN, UVA, FRESA, ESPINACA JUGO / AGUA / AGUA SABORIZADA POSTRE O FRUTA

#### Jueves 22



CHULETA VALLUNA / POLLO BECHAMEL \*\*\*

ARROZ VERDE

CROQUETAS DE YUCA

VERDURA COCIDA

JUGO / AGUA / AGUA SABORIZADA POSTRE O FRUTA

#### Viernes 23



RES JULIANAS
/ POLLO A LA
CRIOLLA
\*\*\*

SPAGUETTI
PAN AJO
ENSALADA
CESAR
JUGO / AGUA /
AGUA
SABORIZADA
POSTRE O

FRUTA



ARROZ CON POLLO

PAPA FRANCESA

TOMATE,

LECHUGA,

CILANTRO,

CEBOLLA ROJA

JUGO / AGUA / AGUA SABORIZADA POSTRE O FRUTA

#### Martes 27



POLLO AL HORNO / CARNE GOULASH LENTEJAS **VERACRUZANA** ARROZ BLANCO PAPA SALADITAS AGUACATE / LECHUGA /ESPINACA JUGO / AGUA / AGUA SABORIZADA POSTRE O

FRUTA

### Miercoles 28



BONDIOLA DE CERDO/ POLLO APANADO

ARROZ CONDE /
ARROZ BLANCO
PLATANO
ABORRAJADO
ENSALADA
MARGARITA

JUGO / AGUA / AGUA SABORIZADA POSTRE O FRUTA

#### Jueves 29



FILETE DE TILAPIA /
RES FAJITAS

\*\*\*

ARROZ
ESMERALDA /
ARROZ BLANCO
CRIOLLITAS AL
VAPOR
ENSALADA

WALDORF
JUGO / AGUA /
AGUA SABORIZADA
POSTRE O FRUTA
i

#### Viernes 30



FESTIVAL
GASTRONOMICO
ARGENTINA











**WILSON** 

## Our Service



Menus saludables



Nuestro equipo de chef

- Creatividad
- Organizacion
- Ejecución



Inocuidad y calidad



Servicio de excelencia

# THANK YOU

restaurante@gimnasiomariecurie.edu.co





