



GIMNASIO SAN DIEGO



“Hoy mejor que ayer, mañana mejor que hoy”

SEPTIEMBRE

DIA	LONCHERA	ALMUERZO
LUNES 15	Jugo de fruta Rosquilla	Ajiaco Arroz Arepas Ensalada K Chocmelo
MARTES 16	Mixto de fruta, yogur y granola	Tallarines al Alfredo Carne asada Papa dorada Ensalada N-1 Mousse de arequipe
MIÉRCOLES 17	Limonada Hojaldras	Colombinas a la BBQ Arroz Coscojas de plátano Barra de ensaladas Dulce de fruta
JUEVES 18	Jugo de fruta Almojabana	Arroz oriental Papa en casquitos Ensalada K-1 Gelatina roja
VIERNES 19	Jugo de fruta Papa rellena	Burrito mexicano Nachos en salsa de guacamole Arroz especial Ensalada Q Paleta