

MENÚ

Light - Vegetariano
& Bajos en calorías



LUNES

LIGHT

Pollo al curry

Salteado al
wok con salsa de
soya, servido con
arroz integral.

\$11.500

VEGETARIANO

Berenjenas a la parrilla

Con zucchini
verde y amarillo,
hierbabuena,
pimentón y huevo con
salsa a base de soya y
jengibre.

\$11.500

BAJO EN CALORÍAS

Menú # 1

- Crema champiñones.
- Carne a la plancha.
- Papa perejil.
- Hoja de lechuga, tomate.
- Habichuelas a la diablo.
- Agua botella 300 ml.

\$11.500



* Imágenes de referencia.



Menú light, vegetariano & bajos en calorías

MARTES

LIGHT

Filete de pescado a la parrilla

Con un delicioso
puré de plátano,
acompañado de
ensalada fresca.

\$11.500

VEGETARIANO

Mix de setas y tofu

acompañado de
champiñones y
arroz integral

\$11.500

BAJO EN CALORÍAS

Menú # 2

- Porción de patilla.
- Pierna pernil al
horno.
- Zanahoria rayada.
- Yuca al cilantro.
- Torta de verduras.
- Agua botella 300 ml.

\$11.500



* Imágenes de referencia.



Menú light, vegetariano & bajos en calorías

MIÉRCOLES

LIGHT

Cerdo a la plancha

En corte de julianas, acompañadas de pasta vermicelli de arroz y zanahoria con maní

\$11.500

VEGETARIANO

Mix de vegetales salteados

Salteados al wok con salsa

\$11.500

BAJO EN CALORÍAS

Menú # 3

- Sopa jardinera.
- Trucha a la plancha.
- Plátano al horno.
- Zucchini verde y amarillo.
- Aguacate.
- Agua botella 300 ml.

\$11.500



* Imágenes de referencia.

JUEVES

LIGHT

Carne al limón

Carne de res
marinada con limón
y pimienta salteada
al wok, servido con
ensalada de pepino
cohombro y tomate,
papa al perejil.

\$11.500

VEGETARIANO

Bowl vegetariano

Arroz integral,
ahuyama, frijol rojo,
aguacate, espinaca y
ajonjolí servido con
miel y aceite de oliva.

\$11.500

BAJO EN CALORÍAS

Menú # 4

- Mandarina.
- Carne en bistec.
- Arroz integral.
- Champiñones
salteados.
- Arvejas al wok.
- Agua botella 300 ml.

\$11.500



* Imágenes de referencia.

VIERNES

LIGHT

Pollo con ensalada de mango

Pechuga a la
parrilla marinada
en salsa criolla y
ensalada de
mango con
hierbabuena

\$11.500

VEGETARIANO

Ensalada crujiente

Vegetales,
carambola, mango,
aguacate, maní,
cilantro y vinagreta
de cítricos.

\$11.500

BAJO EN CALORÍAS

Menú # 5

- Crema de espinacas.
- Pechuga a la
plancha.
- Criollitas al horno.
- Budín de ahuyama.
- Mix de verduras.
- Agua botella 300 ml.

\$11.500



* Imágenes de referencia.



servicios de
alimentación



Pontificia Universidad
JAVERIANA
Bogotá

| VIGILADA MINEDUCACIÓN |