

# Octubre 2019

# Menú

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	2	3	4
<b>Op1:</b>	Pescado dorado con yuquita frita <i>Sec. (Kcal 703)</i>	Bistec apanado con papas fritas <i>Sec. (Kcal 784)</i>	Filete de pescado con puré de pallares <i>Sec. (Kcal 708)</i>	Papa rellena con hot dog a la parrilla <i>Sec. (Kcal 740)</i>
<b>Op2:</b>	Pechuga de pollo al romero con papas a la mantequilla <i>Sec. (Kcal 770)</i>	Chihaukay con arroz chaufa <i>Sec. (Kcal 709)</i>	Cheeseburger con papas fritas <i>Sec. (Kcal 735)</i>	Salchibroaster con arroz <i>Sec. (Kcal 709)</i>
	7	8	9	10
<b>Op1:</b>	Tallarines verdes con bistec apanado <i>Sec. (Kcal 770)</i>	<b>Feriado</b>	Chuleta con camote frito <i>Sec. (Kcal 740)</i>	Linguini con carne en salsa roja <i>Sec. (Kcal 704)</i>
<b>Op2:</b>	Arroz a la primavera con pollo al horno <i>Sec. (Kcal 710)</i>		Nuggets de pollo con puré a las finas hierbas <i>Sec. (Kcal 771)</i>	Arroz con pollo y sarsa criolla <i>Sec. (Kcal 720)</i>
	14	15	16	17
<b>Op1:</b>	Chuleta bañada en salsa agridulce con papas sancochadas <i>Sec. (Kcal 745)</i>	Malaya frita con camote frito <i>Sec. (Kcal 870)</i>	Parrillada con hot dog y papas sancochadas <i>Sec. (Kcal 770)</i>	Arroz chaufa de carne con plátano al horno <i>Sec. (Kcal 761)</i>
<b>Op2:</b>	Pollada con papas sancochadas y choclo <i>Sec. (Kcal 780)</i>	Milanesa de pollo (apanado con avena) y papas a la mantequilla <i>Sec. (Kcal 732)</i>	Pollo a la parrilla con salsa anticuchera y papas doradas <i>Sec. (Kcal 732)</i>	Pollo a la plancha con papas al romero <i>Sec. (Kcal 709)</i>
	21	22	23	24
<b>Op1:</b>	Chuleta dorada con yuca frita <i>Sec. (Kcal 750)</i>	Hígado frito con puré <i>Sec. (Kcal 715)</i>	Filete de pescado con pastel de papas <i>Sec. (Kcal 705)</i>	Lomo saltado con plátano frito <i>Sec. (Kcal 870)</i>
<b>Op2:</b>	Milanesa napolitana con papas fritas <i>Sec. (Kcal 780)</i>	Pollo a la norteña con yuca <i>Sec. (Kcal 775)</i>	Alitas barbecue con papas fritas <i>Sec. (Kcal 762)</i>	Ají de pollo <i>Sec. (Kcal 870)</i>
	28	29	30	31
<b>Op1:</b>	Pescado dorado con yuquita frita <i>Sec. (Kcal 703)</i>	Lomito al jugo con frejoles <i>Sec. (Kcal 635)</i>	Bistec apanado con papas doradas <i>Sec. (Kcal 785)</i>	Chuleta bañada en salsa agridulce con papas fritas <i>Sec. (Kcal 710)</i>
<b>Op2:</b>	Milanesa de pollo (apanado con avena) y papas a la mantequilla <i>Sec. (Kcal 716)</i>	Nuggets de pollo con puré y arroz <i>Sec. (Kcal 780)</i>	Suprema con papas sancochadas <i>Sec. (Kcal 780)</i>	Salchibroaster con arroz <i>Sec. (Kcal 636)</i>

- Precio: S/ 8.50 - Todos los menús incluyen un vaso de refresco Naturale y una fruta de estación.
- Encuentra el menú Trilce del mes en [www.trilce.edu.pe](http://www.trilce.edu.pe)

**Delicook**  
— CAFETERÍAS —