

NUESTRO MEJOR CONSEJO PARA ESTAR ULTRA FIT



DR. MICHAEL F. SOLER-MIC ULTRAFIT MENU NAVIDEÑO

PLATO TIPICO	PORCION	CALORIAS
ARROZ CON GANDULES	1 TAZA	380
PASTEL DE MASA	1 PASTEL	450
CARNE DE CERDO FRITA	3onz.	345
PERNIL TRASERO ASADO	3 onz.	210
MORCILLA	1 PEDAZO 4"	300
ENSALADA DE PAPAS	½ TAZA	185
ENSALADA DE CODITOS	½ TAZA	130
GUINEOS EN ESCABECHE	½ TAZA	285
GUINEOS HERVIDOS	2 GUINEOS	160
TEMBLEQUE	½ TAZA	175
ARROZ CON DULCES	½ TAZA	215
COQUITO	4 onz.	300