

Minuta Marzo 2023



¿Qué incluye el menú?

Pan, aderezos (aceite de canola y oliva, sal, limón natural, aceto balsamico), jugo livean sin azúcar o agua purificada.

Importante

Menús vegetarianos, hipocalóricos o especiales, deben solicitarse antes de las 10:00 de la mañana.

Delivery todos los dias con previo aviso

Todos los días habrá pechuga de pollo a la plancha

Medio de pago

- Efectivo
- Débito
- Transferencias:

Verónica Rodríguez
Rut: 12.568.518-8
Banco Estado
Cuenta corriente
N° 12300098671

Contacto

Verónica Rodríguez
Administradora
Angelo Torres
Administrador
+56950118753
Pedidos@servicioscgr.cl

Valor del menú diario: \$3.900

Minuta elaborada por Nutricionista Valentina Bravo Vergara.



Minuta Marzo 2023



Días	Lunes 27	Martes 28	Miércoles 1	Jueves 2	Viernes 3
Entrada				Variedades de ensaladas	Variedades de ensaladas
Plato de fondo 1				Espirales con salsa Alfredo	Completo italiano
Plato de fondo 2				Carne vegetal en salsa de champiñones con espirales	Albóndigas de carne en salsa con puré de papas
Postre				Bavaroise o fruta	Arroz con leche o fruta
Hipocalórico				Ensalada griega	Ensalada cesar pollo
Vegetariano				Proteína vegetal en salsa de champiñones con espirales	Completo vegetariano
Días	Lunes 6	Martes 7	Miércoles 8	Jueves 9	Viernes 10
Entrada	Variedades de ensaladas	Variedades de ensaladas	Variedades de ensaladas	Variedades de ensaladas	Variedades de ensaladas
Plato de fondo 1	Pechuga de pollo en salsa blanca con espirales	Cazuela de vacuno	Chapsui de pollo con arroz chaufán	Carne a la cacerola con papas doradas	Caracoquesos
Plato de fondo 2	Wraps de verduras y pollo	Croquetas de atún con puré de papas	Tortilla de acelga con arroz chaufán	Budín de zapallo italiano con papas doradas	Cerdo al jugo con fetuccini en salsa
Postre	Sémola con leche o fruta	Mousse de limón o fruta	Leche asada o fruta	Jalea o fruta	Bavaroise o fruta
Hipocalórico	Ensalada coleslaw	Ensalada cesar atún	Pollo a la plancha con verduras surtidas	Carne a la cacerola con verduras al vapor	Ensalada cesar
Vegetariano	Tortilla de verduras con espirales en salsa	Omelette con puré de papas	Guiso de verduras y proteína vegetal con arroz chaufán	Budín de zapallo italiano con papas doradas	Pizza vegetariana
Días	Lunes 13	Martes 14	Miércoles 15	Jueves 16	Viernes 17
Entrada	Variedades de ensaladas	Variedades de ensaladas	Variedades de ensaladas	Variedades de ensaladas	Variedad de ensaladas
Plato de fondo 1	Pechuga de pollo al jugo con espagueti en salsa	Porotos guisados	Pescado apanado con arroz graneado	Lasaña boloñesa	Pizza napolitana
Plato de fondo 2	Budín de acelga con espagueti	Carne al jugo con papas rústicas	Pavo guisado con arroz graneado	Charquicán de verduras con huevo	Lentejas guisadas
Postre	Flan o fruta	Jalea o fruta	Leche asada o fruta	Bavaroise o fruta	Sémola con leche o fruta
Hipocalórico	Pechuga de pollo al jugo con ensaladas	Carne al jugo con verduras hervidas	Pescado a la plancha con mix de verduras verdes	Pavo al horno con ensalada surtida	Ensalada cesar pollo
Vegetariano	Budín de acelga con espagueti en salsa	Porotos guisados	Omelette de champiñones con arroz graneado	Lasaña vegetariana	Lentejas guisadas
Días	Lunes 20	Martes 21	Miércoles 22	Jueves 23	Viernes 24
Entrada	Variedades de ensaladas	Variedad ensaladas	Variedades de ensaladas	Variedades de ensaladas	Variedades de ensaladas
Plato de fondo 1	Charquicán con huevo	Pad thai de pollo	Carne mechada con papas gratinadas	Pescado al horno con arroz primavera	Completo italiano
Plato de fondo 2	Croquetas de atún con arroz graneado	Omelette de champiñones con espagueti	Hamburguesa de lentejas con papas gratinadas	Budín de acelga con arroz primavera	Pavo al jugo con verduras confitadas
Postre	Bavaroise o fruta	Mousse de chocolate o fruta	Sémola con leche o fruta	Jalea o fruta	Leche asada o fruta
Hipocalórico	Ensalada cesar atún	Pollo a la plancha con ensalada surtida	Carne mechada con ensalada primavera	Pescado al horno con budín de acelga	Ensalada cesar pollo
Vegetariano	Charquicán con proteína de soya	Omelette de champiñones con espagueti	Hamburguesa de lentejas con papas gratinadas	Budín de acelga con arroz primavera	Completo vegetariano
Días	Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 31
Entrada	Variedades de ensaladas	Variedades de ensaladas	Variedades de ensaladas	Variedades de ensaladas	Variedades de ensaladas
Plato de fondo 1	Fetuccini con salsa boloñesa	Pechuga de pollo a la plancha con puré de papas	Carne mongoliana con arroz chaufán	Caracoquesos	Hamburguesa queso
Plato de fondo 2	Fetuccini con salsa Alfredo	Lentejas guisadas	Budín de verduras con arroz chaufán	Pescado apanado con papas salteadas	Pechuga de pollo apanado con tallarines
Postre	Durazno al jugo o fruta	Bavaroise o fruta	Flan o fruta	Jalea o fruta	Sémola con leche o fruta
Hipocalórico	Ensalada griega	Ensalada cesar pollo	Carne a la plancha con mix de verduras	Pavo a la plancha con ensalada surtida	Ensalada cesar atún
Vegetariano	Fetuccini con salsa boloñesa (proteína de soya)	Lentejas guisadas	Budín de verduras con arroz chaufán	Tortilla de verduras con papas salteadas	Omelette de champiñones con tallarines

Minuta elaborada por Nutricionista Valentina Bravo Vergara.