



GMEXPRESS®
Servicios de alimentación



ARME SU MENÚ

¡RECUERDE!
TODOS LOS DÍAS PUEDE ARMAR EL MENÚ A SU MEDIDA.

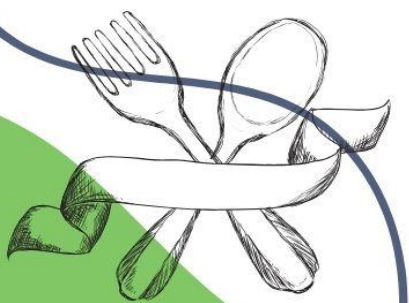
**POR \$200
EXTRAS**

OPCIONES A ELEGIR

ACOMPAÑAMIENTO	PROTEÍNA
ARROZ BLANCO	NUGGET DE POLLO O VERDURAS AL HORNO
PASTAS DEL DÍA	SALCHICHA DE PAVO COCIDA
CUS CUS	HUEVO (DURO, FRITO, REVUELTO)
PAPAS DUQUESAS	HAMBURGUESA VACUNO O VERDURAS
-	PESCADO EMPANIZADO
-	PECHUGA DE POLLO

¡IMPORTANTE!

**SE DEBE AGENDAR
CON UN DÍA DE
ANTICIPACIÓN.**



MINUTA SEMANAL

MES JUNIO					
	Lunes 16	Martes 17	Miércoles 18	Jueves 19	Viernes 20
ENTRADA 1 (ENSALADA O SOPA)	Tomate, lechuga, zanahoria	Ceviche de lentejas, papas mayo, betarraga	Espinaca, palmito, pimentón rojo	Apio, poroto verde, betarraga	-
ENTRADA 2 (ENSALADA O SOPA)	Sopa o crema del día	Sopa o crema del día	Sopa o crema del día	Sopa o crema del día	-
PLATO DE FONDO 1	Croquetas de atún	Pechuga pollo a la mostaza	Empanada napolitana al horno (sin guarnición)	Cerdo a la plancha	-
PLATO DE FONDO 2	Pasta carbonara	Tortilla acelga	Vacuno con salsa champiñón	Milanesa napolitana de pollo	-
GUARNICIÓN 1	Puré a la crema	Arroz primavera	Espirales a la mantequilla	Papas horneadas al romero	-
GUARNICIÓN 2	-	-	-	Arroz zanahoria	-
HIPOCALÓRICO	Ensalada proteica con huevo	Pechuga de pollo con tortilla de acelga	Vacuno con salsa champiñón y espirales integrales	Ensalada cesar	-
VEGETARIANO	Hamburguesa verdura, tomate, lechuga (en pan molde)	Hamburguesa de legumbres con guarnición del día	Empanada tomate, queso, aceituna al horno (sin guarnición)	Ensalada cesar veggie	-
POSTRE 1	Flan chocolate	Jalea piña	Torta de yogur	Medialunas	-
POSTRE 2	Fruta del día	Brocheta de fruta con chocolate	Fruta del día	Fruta del día	-

- **Observaciones:**
- Recuerde que puede **armar el menú a su medida**, sólo por \$200 adicionales (ver página 1).
- Menú vegetariano e hipocalórico se **debe pedir con anticipación** (Máximo 10:00 a.m.).
- Viernes 20 de junio **feriado** "Día nacional de los pueblos indígenas".





MINUTA SEMANAL

MES JUNIO					
	Lunes 23	Martes 24	Miércoles 25	Jueves 26	Viernes 27
ENTRADA 1 (ENSALADA O SOPA)	Lechuga, papas mayo, espárragos	Brócoli, betarraga, choclo	Repollo morado, coliflor, zanahoria	Tomate, quesillo, aceituna, mix hojas verdes	Apio-palta, lechuga morada, palmitos
ENTRADA 2 (ENSALADA O SOPA)	Sopa o crema del día	Sopa o crema del día	Sopa o crema del día	Sopa o crema del día	Sopa o crema del día
PLATO DE FONDO 1	Pollo a la toscana (salsa separada)	Pescado frito apanado	Carne mechada	Pulpa de cerdo al horno	Deditos de queso apanados
PLATO DE FONDO 2	Garbanzos (sin guarnición)	Zapallo italiano relleno	Fritos de coliflor	Alitas de pollo con salsa mostaza miel (salsa separada)	Pizza pollo (sin guarnición)
GUARNICIÓN 1	Espagueti al orégano	Arroz pimentón	Puré	Quíffaros a la mantequilla o salsa pomodoro	Papas chips
GUARNICIÓN 2	-	-	Corbatas al pomodoro	Verduras salteadas	-
HIPOCALÓRICO	Gohan de pollo	Ensalada del mar (camarones apanados)	Carne mechada con ensalada del día	Proteína del día con ensalada Grecia	Fajita de pollo y verduras
VEGETARIANO	Espagueti al orégano con salsa blanca toscana	Zapallo italiano relleno soya	Pimentón relleno	Ensalada Grecia	Nuggets de verduras con papas chips
POSTRE 1	Natilla tres leches	Mousse berries	Carrot cake	Jalea naranja	Pie de naranja
POSTRE 2	Fruta del día	Fruta del día	Fruta del día	Plátano con salsa chocolate	Fruta del día

- **Observaciones:**
- Recuerde que puede **armar el menú a su medida**, sólo por \$200 adicionales (ver página 1).
- Menú vegetariano e hipocalórico se **debe pedir con anticipación** (Máximo 10:00 a.m.).





MINUTA SEMANAL

MES JUNIO-JULIO					
	Lunes 30	Martes 01	Miércoles 02	Jueves 03	Viernes 04
ENTRADA 1 (ENSALADA O SOPA)	Ensalada peruana (Salsa criolla, betarraga, lechuga, pepino)				
ENTRADA 2 (ENSALADA O SOPA)	Sopa o crema del día				
PLATO DE FONDO 1	Vacuno saltado				
PLATO DE FONDO 2	Aji de gallina *Opción de pollo separado (Pollo asado)				
GUARNICIÓN 1	Arroz				
GUARNICIÓN 2	Papas fritas				
HIPOCALÓRICO	Pollo con ensalada peruana				
VEGETARIANO	Ensalada peruana				
POSTRE 1	Suspiro limeño				
POSTRE 2	Fruta del día				

- **Observaciones:**
- Recuerde que puede **armar el menú a su medida**, sólo por \$200 adicionales (ver página 1).
- Menú vegetariano e hipocalórico se **debe pedir con anticipación** (Máximo 10:00 a.m.).
- Lunes 30 de junio 2025 **menú temático “Perú”**. 

