



ARME SU MENÚ

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

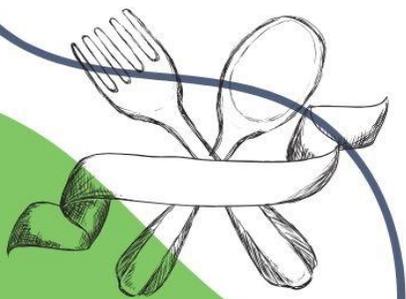
**POR \$200
EXTRAS**

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 SEPTIEMBRE					
	Lunes 01	Martes 02	Miércoles 03	Jueves 04	Viernes 05
ENTRADA 1 (ENSALADA O SOPA)	Palmitos, espárragos, zanahoria	Porotos verdes, tomate cherry, lechuga morada	Porotos negros, brócoli, rábano	Aceitunas sin carozo, espinaca, coliflor	Papas mayo, ensalada chilena ¡Extra! Sopaipillas con pebre
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	Bistec de vacuno a la crema (opción de salsa separada)	Pescado frito	Pollo mongoliano	Pechuga de pavo a la mostaza	Brochetas
PLATO DE FONDO 2	Garbanzos guisados	Pastel de papas	Budín de verduras	Cerdo al horno	Carne mechada
GUARNICIÓN 1	Papas duquesas	Espirales a la mantequilla	Arroz chaufa	Puré a la crema	Arroz pimentón
GUARNICIÓN 2	-	-	-	Mostaccioli al pomodoro	Pastelera de choclo
HIPOCALÓRICO	Bistec de vacuno con ensalada del día	Pescado a la plancha con ensalada del día y espirales	Budín de verduras	Ensalada proteica (atún y huevo duro)	Proteína del día con verduras asadas
VEGETARIANO	Garbanzos guisados	Pastel de papas veggie	Budín de verduras con guarnición del día	Omelette con queso y guarnición del día	Pimentón relleno
POSTRE 1	Fruta del día	Fruta del día	Tutti frutti	Fruta del día	Fruta del día
POSTRE 2	Cremé nutella	Jalea limón	Flan de vainilla	Bavarois berries	Mote con huesillos

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





MINUTA SEMANAL

MES SEPTIEMBRE					
	Lunes 08	Martes 09	Miércoles 10	Jueves 11	Viernes 12
ENTRADA 1 (ENSALADA O SOPA)	Pepino, repollo morado, pimentón rojo	Ensalada a la chilena, lechuga costina	Brócoli, zanahoria, palmitos	Mix hojas verdes, choclo, espárragos	Rábano, aceitunas, coliflor
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	Lasaña de pollo	Croquetas de atún	Chorrillana	Pavo al limón	Cerdo al sartén
PLATO DE FONDO 2	Hamburguesa legumbre	Salsa Alfredo	Pechuga pollo	Carbonada	-
GUARNICIÓN 1	Arroz	Tallarines al orégano	Papas fritas (al horno)	Puré	Arroz pimentón
GUARNICIÓN 2	-	-	Quinoa	-	-
HIPOCALÓRICO	Pollo grillé con ensalada del día	Fajita de atún	Proteína del día con salteado de verduras	Ensalada de pasta y pavo	Cerdo al sartén con ensalada surtida
VEGETARIANO	Lasaña de champiñón y espinaca	Croquetas de soya con guarnición del día	Berenjena rellena	Carbonada de verduras	Omelette con arroz pimentón
POSTRE 1	Fruta del día	Fruta del día	Manzana con crema de maní	Fruta del día	Fruta del día
POSTRE 2	Mousse manzana canela	Flan plátano	Jalea manzana	Leche nevada	-

- **Observaciones:**
- Recuerde que puede **armar el menú a su medida**, solo por \$200 adicionales (ver página 1).
- Menú vegetariano e hipocalórico se debe **pedir con anticipación (máximo 10:00 a.m.)**.
- **Viernes 12 de septiembre**, actividades fiestas patrias y término de trimestre. **Solicitar almuerzos con anticipación.**





MINUTA SEMANAL

MES SEPTIEMBRE					
	Lunes 29	Martes 30	Miércoles 01	Jueves 02	Viernes 03
ENTRADA 1 (ENSALADA O SOPA)	Papas mayo, mix pimentón, porotos negros, aceitunas	Rollito jamón-queso, lechuga escarola, coliflor	Espárragos, tomate, pepino	Rábano, repollo verde, zanahoria	Betarraga, apio-palta, brócoli
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	Pescado frito	Ragout de vacuno	Espagueti salteado con pollo y verduras (estilo chow mein) Cerdo al sartén y salsa barbecue (opción salsa separada)	Bistec a lo pobre
PLATO DE FONDO 2	Porotos con riendas	Tortilla de acelga	Pechuga pollo grillé		Hamburguesa pollo
GUARNICIÓN 1	Corbatas a la mantequilla	Arroz graneado	Puré	Espagueti	Papas fritas (al horno)
GUARNICIÓN 2	-	-	-	-	Arroz zanahoria
HIPOCALÓRICO	Pollo a la toscana con quinua y verduras	Pescado a la plancha, lechuga, coliflor y tomate	Ensalada cesar	Espagueti salteado con pollo y verduras (estilo chow mein)	Ensalada mediterránea
VEGETARIANO	Porotos con riendas	Tortilla de acelga con guarnición del día	Ensalada cesar veggie	Boloñesa soya con espagueti	Hamburguesa legumbres con guarnición del día
POSTRE 1	Fruta del día	Fruta del día	Fruta del día	Fruta del día	Fruta del día
POSTRE 2	Flan frutilla	Calzones rotos	Jalea piña	Yogur con fruta	Leche asada

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

