

# Gastronomía y Punto

Abril 04 a 30

(estimados apoderados, debido a la contingencia el menú de almuerzo constara de un plato principal y una alternativa solo para los días de legumbres y pescados, además del menú existirán platos como sándwiches, vegetarianos, hipocalóricos, entre otros )

## 1ª SEMANA

DIA	LUNES 04	MARTES 05	MIERCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<b>ENSALADAS</b>	<b>Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos, entre otros.</b>				
<b>Menú 1</b>	<b>Bistec con espirales</b>	<b>Pollo relleno jamón queso arroz</b>	<b>Reineta con puré</b>	<b>Porotos granados</b>	
<b>Alternativa</b>			<b>Filete de pollo con puré</b>	<b>Fideos con salsa</b>	
<b>Sándwiches, vegetarianos, hipocalóricos, entre otros.</b>					
<b>POSTRE</b>	<b>Yogurt/jalea/ fruta</b>	<b>Flan/jalea/ fruta</b>	<b>Macedonia/jalea/ yogurt</b>	<b>Helado/jalea/ fruta</b>	
<b>BEBESTIBLE</b>	<b>Jugo</b>	<b>Jugo</b>	<b>Jugo</b>	<b>Jugo</b>	

## 2ª SEMANA

DIA	LUNES 11	MARTES 12	MIERCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<b>ENSALADA</b>	<b>Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos, entre otros</b>				
<b>Menú 1</b>	<b>Chuletas con puré</b>	<b>Carne mechada con arroz primavera</b>	<b>Croquetas de lomito de atún con puré</b>	<b>Lentejas con longaniza</b>	
<b>Alternativa</b>			<b>Filete de pollo con puré</b>	<b>Fideos con salsa</b>	
<b>Sándwiches, vegetarianos, hipocalóricos, entre otros.</b>					
<b>POSTRE</b>	<b>Yogurt/jalea/ fruta</b>	<b>Duraznos con crema/ jalea/ fruta</b>	<b>Musse/jalea/fruta</b>	<b>Helado/ jalea o fruta</b>	
<b>BEBESTIBLE</b>	<b>Jugo</b>	<b>Jugo</b>	<b>Jugo</b>	<b>Jugo</b>	

## 3ª SEMANA

DIA	LUNES 18	MARTES 19	MIERCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<b>ENSALADA</b>	<b>Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos, entre otros</b>				
<b>Menú 1</b>	<b>Albóndigas en salsa con arroz</b>	<b>Lasaña boloñesa</b>	<b>Reineta con puré</b>	<b>Porotos con pilco</b>	
<b>Alternativa</b>			<b>Filete de pollo con puré</b>	<b>Fideos con salsa</b>	
<b>Sandwiches, vegetarianos, hipocalóricos, entre otros.</b>					
<b>POSTRE</b>	<b>Yogurt/jalea/ fruta</b>	<b>Macedonia/ jalea/fruta</b>	<b>Mote con huesillo/jalea/fruta</b>	<b>Helado/jalea/ fruta</b>	
<b>BEBESTIBLE</b>	<b>jugo</b>	<b>jugo</b>	<b>jugo</b>	<b>jugo</b>	

4° SEMANA					
DIA	LUNES 25	MARTES 26	MIERCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<b>ENSALADA</b>	Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos.				
<b>Menú 1</b>	Chapsui de pollo con arroz chaufan	Fideos con salsa	Croquetas de lomito de atún con puré	Lentejas con longanizas	
<b>Alternativa</b>			Pollo con Puré	Papas rellenas jamon y queso con verduras salteadas	
Sandwiches, vegetarianos, hipocalóricos, entre otros.					
<b>POSTRE</b>	Flan/jalea/fruta	Yogurt/jalea/fruta	Frutillas con platanos/jalea/fruta	Helado /jalea/fruta	
<b>BEBESTIBLE</b>	Jugo	Jugo	Jugo	Jugo	

El menú completo tendrá un valor de \$3.800

Plato solo \$3.000

Por la compra anticipada del mes completo el menú queda en \$3.500

Whatsapp +56992190645

Datos bancarios: Banco Estado – Cuenta Corriente 7365951 – Rut 11.631541-6

[Cinthy.gastronomia@gmail.com](mailto:Cinthy.gastronomia@gmail.com) - Cinthya Valentina Hurtado Labarca

## Cafetería

### Sándwiches:

Jamón queso

Huevo revuelto

Huevo jamón

Huevo queso

Pasta de huevo con jamón

Ave ciboullet

Ave pimentón

Ave palta

Filete de pollo con palta laminada

Churrasco tomate palta

Churrasco lechuga tomate

Churrasco queso

Hamburguesa casera tomate lechuga

Hamburguesa casera italiana

Hamburguesa casera queso

Tipos de pan: Ciabatta, marraqueta, hallulla, frica, molde.

\*Agregados: Cebolla, queso, huevo frito, poroto verde, tocino, palta.

### **Dulces:**

Kuchen

Pie de limón

Torta de yogurt

Trozo de queque

Muffin vegano

Muffin sabores

Brownie sin azúcar

Brownie

Galletas artesanales

Alfajores

Barras de cereal

Cereal

### **Bebestibles:**

Bebidas

Jugos envasados sabores

Jugos naturales

Agua mineral

Leche envasada sabores

Leche con plátano

Yogurt

Café (variedades)

Té

### **Platos alternativos:**

Vegetariano (mix de vegetales con huevo duro – fideos con verduras – tortilla de porotos verdes – quiches)

Ensalada cesar

Hipocalórico (mix de vegetales + carbohidrato + proteína)

Sándwiches \*especificados en el pto. 1

\*Los platos alternativos para la hora de almuerzo deben pedirse con anticipación, de ser para el mismo día se debe avisar en la mañana.