

Gastronomía y Punto

Mayo 02 a 31

(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 02	MARTES 03	MIERCOLES 04	JUEVES 05	VIERNES 06
ENSALADAS	Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos, entre otros.				
Menú 1	Filete de pollo con arroz	Bistec con caracoquesos o espiral	Reineta con puré	Lentejas con longaniza	
Alternativa			Filete de pollo con puré	Fideos con salsa	
Sándwiches, vegetarianos, hipocalóricos, entre otros.					
POSTRE	Yogurt/jalea/ fruta	Flan/jalea/ fruta	Macedonia/jalea/ yogurt	Helado/jalea/ fruta	
BEBESTIBLE	Jugo	Jugo	Jugo	Jugo	

2ª SEMANA

DIA	LUNES 09	MARTES 10	MIERCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
ENSALADA	Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos, entre otros				
Menú 1	Charquicán con huevo	Pechuga sola o rellena con espinaca / arroz y papas duquesas	Croquetas de lomito de atún con puré	Lentejas con longaniza	
Alternativa			Filete de pollo con puré	Fideos con salsa	
Sándwiches, vegetarianos, hipocalóricos, entre otros.					
POSTRE	Yogurt/jalea/ fruta	Duraznos con crema/ jalea/ fruta	Musse/jalea/fruta	Helado/ jalea o fruta	
BEBESTIBLE	Jugo	Jugo	Jugo	Jugo	

3ª SEMANA

DIA	LUNES 16	MARTES 17	MIERCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
ENSALADA	Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos, entre otros				
Menú 1	Albóndigas en salsa con arroz	Lasaña boloñesa	Reineta con puré	Lentejas con longaniza	
Alternativa			Filete de pollo con puré	Fideos con salsa	
Sandwiches, vegetarianos, hipocalóricos, entre otros.					
POSTRE	Yogurt/jalea/ fruta	Macedonia/ jalea/fruta	Mote con huesillo/jalea/fruta	Helado/jalea/ fruta	
BEBESTIBLE	jugo	jugo	jugo	jugo	

4° SEMANA					
DIA	LUNES 23	MARTES 24	MIERCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
ENSALADA	Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos.				
Menú 1	Chapsui de pollo con arroz chaufan	Fideos con salsa	Croquetas de lomito de atún con puré	Lentejas con longanizas	
Alternativa			Pollo con Puré	Fideos con salsa Alfredo	
Sandwiches, vegetarianos, hipocalóricos, entre otros.					
POSTRE	Flan/jalea/fruta	Yogurt/jalea/fruta	Frutillas con platano/jalea/fruta	Helado /jalea/fruta	
BEBESTIBLE	Jugo	Jugo	Jugo	Jugo	

5° SEMANA					
DIA	LUNES 30	MARTES 31			
ENSALADA	Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos.				
Menú 1	Chapsui de pollo con arroz chaufan	Carne mechada con espirales			
Alternativa					
Sandwiches, vegetarianos, hipocalóricos, entre otros.					
POSTRE	Yogurt con cereal /jalea/fruta	flan/jalea/fruta			
BEBESTIBLE	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

Cinthyagastromia@gmail.com - Cinthya Valentina Hurtado Labarca

Cafetería

Sándwiches:

Jamón queso

Huevo revuelto

Huevo jamón

Huevo queso

Pasta de huevo con jamón

Ave ciboulet
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.