

Gastronomía y Punto

SEPTIEMBRE 01 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	MARTES	MIERCOLES	JUEVES 01	VIERNES 02
ENSALADAS	Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos, entre otros.				
Menú 1				Lentejas con longaniza	
Alternativa				Fideos con salsa Alfredo	
Sándwiches, vegetarianos, hipocalóricos, entre otros.					
POSTRE				Frutillas con plátano /jalea/ fruta	
BEBESTIBLE				Jugo	

2ª SEMANA

DIA	LUNES 05	MARTES 06	MIERCOLES 07	JUEVES 08	VIERNES 09
ENSALADA	Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos, entre otros				
Menú 1	Ravioles con crema Nestlé y ciboulette	Porotos con mazamorra	Reineta frita con puré	Hamburguesas caceras con arroz	
Alternativa	Arroz con pollo	Fideos con salsa boloñesa	Filete de pollo con puré	pollo con verduras salteadas	
Sándwiches, vegetarianos, hipocalóricos, entre otros.					
POSTRE	Yogurt con cereal/jalea/ fruta	Panqueques con manjar/ jalea/ fruta	Sémola con caramelo/jalea/fruta	Macedonia/jalea o fruta	
BEBESTIBLE	Jugo	Jugo	Jugo	Jugo	

3ª SEMANA

DIA	LUNES 12	MARTES 13	MIERCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
ENSALADA	Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos, entre otros				
Menú 1	Churrasco o pollo con arroz árabe o arroz normal	Porotos con mazamorra			
Alternativa		Fideos con salsa			
Sándwiches, vegetarianos, hipocalóricos, entre otros.					
POSTRE	Yogurt con cereal /jalea o fruta	Mini Berlín / jalea/fruta			
BEBESTIBLE	Jugo	jugo			

4° SEMANA					
DIA	LUNES 19	MARTES 20	MIERCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
ENSALADA	Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos.				
Menú 1	VA	CA	CIO	NES	
Alternativa					
POSTRE					
BEBESTIBLE					

5° SEMANA					
DIA	LUNES 26	MARTES 27	MIERCOLES 28	JUEVES 29	Viernes 30
ENSALADA	Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos.				
Menú 1	Lasaña boloñesa	Carne mechada o pollo con arroz y papas rusticas	Croquetas de lomito de atún con pure	Lentejas con longaniza	
Alternativa	Verduras salteadas con filete de pollo		Filete de pollo con pure	Espirales con salsa boloñesa	
Sandwiches, vegetarianos, hipocalóricos, entre otros.					
POSTRE	Yogurt/jalea o fruta	Panqueques con manjar/jalea/fruta	Flan con caramelo /JALEA O FRUTA	Macedonia/jalea o 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

Cinthyagastronomia@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.