

Gastronomía y Punto

NOVIEMBRE 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 31	MARTES 01	MIERCOLES 02	JUEVES 03	VIERNES 04
ENSALADAS	Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos, entre otros.				
Menú 1			Reineta con pure	Lentejas con longaniza	
Alternativa			Pollo con pure o arroz	Fideos con salsa boloñesa	
Sándwiches, vegetarianos, hipocalóricos, entre otros.					
POSTRE			Flan con caramelo/jalea o fruta	Sémola con caramelo/jalea/ fruta	
BEBESTIBLE			jugo	Jugo	

2ª SEMANA

DIA	LUNES 07	MARTES 08	MIERCOLES 09	JUEVES 10	VIERNES 11
ENSALADA	Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos, entre otros				
Menú 1	Arroz con zapallo italiano y papas duquesas	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 14	MARTES 15	MIERCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
ENSALADA	Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos, entre otros				
Menú 1	Pastel de papas	Porotos con mazamorra	Croquetas de atún con pure	Churrasco con arroz árabe o normal	
Alternativa	Arroz con pollo	Fideos con salsa Alfredo	Pure o arroz con pollo	Pollo con verduras salteadas	
Sándwiches, vegetarianos, hipocalóricos, entre otros.					
POSTRE	Yogurt con cereal /jalea o fruta	panqueques / jalea/fruta	Macedonia /jalea o fruta	Helado/jalea o fruta	
BEBESTIBLE	Jugo	jugo	jugo	jugo	

4° SEMANA					
DIA	LUNES 21	MARTES 22	MIERCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
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	
POSTRE	Yogurt/jalea o fruta	Helado /jalea/fruta	Flan con caramelo /JALEA O FRUTA	Panqueques con manjar/jalea o fruta	
BEBESTIBLE	jugó	jugó	jugó	jugó	

5° SEMANA					
DIA	LUNES 28	MARTES 29	MIERCOLES 30	JUEVES	Viernes
ENSALADA					
Menú 1	Ravioles con crema Nestlé y ciboulette	Churrasco o pollo relleno con espinaca con arroz y papas rusticas	Croquetas de lomito de atún con pure		
Alternativa	Arroz con pollo		Pollo con arroz o pure		
POSTRE	Yogurt con cereal /jalea/fruta	Helado /jalea / fruta	Macedonia /jalea/fruta		
BEBESTIBLE	jugó	jugó	jugó		

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.