

Gastronomía y Punto

Abril 03 a 27

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

1ª SEMANA

DIA	LUNES 03	MARTES 04	MIERCOLES 05	JUEVES 06	VIERNES 07
ENSALADAS	Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos, entre otros.				
Menú 1	Filete de pollo con arroz y papas rusticas	Escalopa Kaiser con verduras salteadas	Reineta con pure	Lentejas con longaniza	
Alternativa		Churrasco o pollo con fideos	Nuggets con pure o arroz	Fideos con salsa boloñesa	
Sándwiches, vegetarianos, hipocalóricos, entre otros.					
POSTRE	Jalea/cereal con yogurt/fruta	Jalea/helado /fruta	Flan con caramelo/jalea o fruta	Sémola con caramelo/jalea/ fruta	
BEBESTIBLE	jugo	jugo	jugo	Jugo	

2ª SEMANA

DIA	LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
ENSALADA	Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos, entre otros				
Menú 1	Arroz con zapallo italiano y papas duquesas	Porotos con mazamorra	Croquetas de lomito de atún 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 17	MARTES 18	MIERCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
ENSALADA	Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos, entre otros				
Menú 1	Charquicán de carne y huevo frito	Porotos con mazamorra	Reineta 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	

Churrasco tomate palta
Churrasco lechuga tomate
Churrasco queso
Hamburguesa casera tomate lechuga
Hamburguesa casera italiana
Hamburguesa casera queso

Tipos de pan: frica, molde.

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

Dulces:

Kuchen
Pie de limón
Torta de yogurt
Trozo de queque
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.