

Gastronomía y Punto

AGOSTO 01 a 31

(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	MARTES 01	MIERCOLES 02	JUEVES 03	VIERNES 04
ENSALADAS	Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos, entre otros.				
Menú 1		Churrasco con caracoquesos	Croquetas de lomito de atún con pure	Espirales con salsa boloñesa	
Alternativa		Arroz con pollo	Pollo con pure o arroz	lentejas	
Sándwiches, vegetarianos, hipocalóricos, entre otros.					
POSTRE		Panqueques con manjar/jalea/fruta	Helado/jalea o fruta	Macedonia/jalea o fruta	
BEBESTIBLE		Jugo	jugo	jugo	

2ª SEMANA

DIA	DIA 07	DIA 08	DIA 09	DIA 10	DIA 11
ENSALADAS	Repollo, pepino, apio, tomate, zanahoria, surtida, entre otros				
Menú 1	Ravioles con crema Nestlé	Pollo arvejado con arroz	Reineta con pure	Lentejas	
Alternativa	Arroz con pollo	Pollo con verduras salteadas	Nuggets con pure o arroz	Fideos con salsa Alfredo	
Sándwiches, vegetarianos, hipocalóricos, entre otros.					
POSTRE	Yogurt con cereal/ jalea o fruta	Panqueques con manjar/jalea o fruta	Helado/jalea o 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	Tomaticán con papas rusticas		Croquetas de lomito de atún con puré	Zapallito italiano con papas duquesas o arroz	
Alternativa	Arroz con pollo		Filete de pollo con puré	pollo con verduras salteadas	
Sándwiches, vegetarianos, hipocalóricos, entre otros.					
POSTRE	Yogurt con cereal /jalea/fruta		Sémola con caramelo/jalea/fruta	Macedonia/jalea o fruta	
BEBESTIBLE	jugo		Jugo	Jugo	

4° SEMANA

DIA	LUNES 21	MARTES 22	MIERCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
ENSALADA	Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos, entre otros				
Menú 1	Charquicán de carne y huevo frito	Porotos con tallarines	Reineta con pure	Churrasco con arroz árabe o normal	
Alternativa	Arroz con pollo	Fideos con salsa Alfredo	Filete de pollo o naggets con pure o arroz	Pollo con verduras salteadas	
Sándwiches, vegetarianos, hipocalóricos, entre otros.					
POSTRE	Yogurt con cereal /jalea o fruta	panqueques / jalea/fruta	Helado/jalea o fruta	Mousse /jalea o fruta	
BEBESTIBLE	Jugo	jugo		jugo	

5° SEMANA

DIA	LUNES 28	MARTES 29	MIERCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES
ENSALADA	Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos.				
Menú 1	Lasaña boloñesa	Carne a la olla o pollo con arroz y papas rusticas	Croquetas de lomito de atún con pure	Pollo teriyaki o pollo normal con arroz	
Alternativa	Arroz con pollo	Pollo con verduras salteadas	Pollo con pure o arroz	Fideos con salsa	
POSTRE	Yogurt con cereal/jalea o fruta	Panqueques con manjar	Flan con caramelo/jalea o fruta	Helado /jalea o fruta	
BEBESTIBLE	jugo	jugo	jugo	jugo	

El menú completo tendrá un valor de \$4000

Plato solo \$3.200

Por la compra anticipada del mes completo el menú queda en \$3.800

Whatsapp +56992190645

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

Cinthyagastronomia@gmail.com - Cinthya Valentina Hurtado Labarca

cafeteria

sándwich

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: 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.**