

# Gastronomía y Punto

01 a 30 de octubre

(El menú consta de un plato principal y una alternativa , también hay opciones como sándwiches, vegetarianos, hipocalóricos, entre otros )

## 1ª SEMANA

DIA	LUNES	MARTES 01	MIERCOLES 02	JUEVES 03	VIERNES 04
<b>ENSALADAS</b>	<b>Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos, entre otros.</b>				
<b>Menú 1</b>		<b>Croquetas de lomito de atún con puré</b>	<b>Churrasco con arroz árabe o normal</b>	<b>Fideos con salsa boloñesa</b>	
<b>Alternativa</b>		<b>Filete de pollo con arroz</b>	<b>Tortilla de porotos verdes o filete de pollo Papas duquesas</b>	<b>Porotos con tallarines y longaniza Arroz con pollo</b>	
<b>Sándwiches, vegetarianos, hipocalóricos, entre otros.</b>					
<b>POSTRE</b>		<b>Flan con caramelo jalea o fruta</b>	<b>Panqueques con manjar /jalea o fruta</b>	<b>Duraznos con crema/jalea o fruta</b>	
<b>BEBESTIBLE</b>				<b>Jugo</b>	

## 2ª SEMANA

DIA	LUNES 07	MARTES 08	MIERCOLES 09	JUEVES 10	VIERNES 11
<b>ENSALADA</b>	<b>Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos, entre otros</b>				
<b>Menú 1</b>	<b>Lomo de cerdo solo o saltado con arroz</b>	<b>Reineta frita con puré de papa</b>	<b>Zapallito italiano con papas duquesas o arroz</b>	<b>Tallarines con salsa boloñesa</b>	
<b>Alternativa</b>	<b>Filete de pollo con arroz Verduras salteadas</b>	<b>Filete de pollo con puré o arroz Nuggets de pollo</b>	<b>Churrasco o pollo con arroz</b>	<b>Lentejas con longaniza Arroz con pollo</b>	
<b>Sándwiches, vegetarianos, hipocalóricos, entre otros.</b>					
<b>POSTRE</b>	<b>Yogurt con cereal/jalea o fruta</b>	<b>Sémola con caramelo/ jalea/ fruta</b>	<b>Panqueques con manjar/jalea/fruta</b>	<b>helado/jalea o fruta</b>	
<b>BEBESTIBLE</b>	<b>jugo</b>	<b>Jugo</b>	<b>Jugo</b>	<b>Jugo</b>	

## 3ª SEMANA

DIA	LUNES 14	MARTES 15	MIERCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
<b>ENSALADA</b>	<b>Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos, entre otros</b>				
<b>Menú 1</b>		<b>Reineta frita con puré</b>	<b>Tomaticán</b>	<b>Fideos con salsa blanca</b>	
<b>Alternativa</b>		<b>Pure o arroz con Nuggets o pollo</b>	<b>Filete de pollo</b>	<b>Porotos con pilco Arroz con pollo</b>	
<b>Sándwiches, vegetarianos, hipocalóricos, entre otros.</b>					
<b>POSTRE</b>		<b>Plátano con merengue / jalea/fruta</b>	<b>Panqueques con manjar/jalea o fruta</b>	<b>Flan con caramelo/jalea o fruta</b>	

<b>BEBESTIB LE</b>		<b>jugo</b>	<b>jugo</b>	<b>jugo</b>	
--------------------	--	-------------	-------------	-------------	--

<b>4° SEMANA</b>					
<b>DIA</b>	<b>LUNES 21</b>	<b>MARTES 22</b>	<b>MIERCOLES 23</b>	<b>JUEVES 24</b>	<b>VIERNES 25</b>
<b>ENSALADA</b>	<b>Tomate, lechuga, apio, zanahoria, surtida, repollo, pepinos.</b>				
<b>Menú 1</b>	<b>Ravioles con crema nesthe y ciboulette</b>	<b>Croquetas de lomito de atún con pure de papas</b>	<b>Carne a la olla con arroz y papas rusticas</b>	<b>Lentejas con longaniza</b>	
<b>Alternativa</b>	<b>Pollo solo o con salsa de champiñón Verduras salteadas o arroz</b>	<b>Filete de pollo con arroz o pure</b>	<b>Filete de pollo con arroz</b>	<b>Espirales con salsa boloñesa</b>	
<b>POSTRE</b>	<b>Yogurt/jalea o fruta</b>	<b>Frutillas con merengue /jalea/fruta</b>	<b>Panqueques con manjar</b>	<b>Sémola con caramelo /jalea o fruta</b>	
<b>BEBESTIBLE</b>	<b>jugo</b>	<b>jugo</b>	<b>jugo</b>	<b>jugo</b>	

<b>5° SEMANA</b>					
<b>DIA</b>	<b>LUNES 28</b>	<b>MARTES 29</b>	<b>Miércoles 30</b>	<b>Jueves</b>	
<b>ENSALADA</b>	<b>LECHUGA, ZANAHORIA, SURTIDA, REPOLLO, PEPINO, TOMATE</b>				
<b>Menú 1</b>	<b>Lasaña boloñesa</b>	<b>Pescado frito con pure de papas</b>	<b>Pollo arvejado con papas fritas horneadas</b>		
<b>Alternativa</b>	<b>filete de pollo con arroz verduras sateadas</b>	<b>Nugget de pollo con pure o arroz</b>	<b>Tortilla de porotos verdes o filete de pollo con arroz</b>		
<b>POSTRE</b>	<b>Yogurt con cereal/fruta/jalea</b>	<b>Macedonia/jalea/fruta</b>	<b>Panqueques con manjar/jalea /fruta</b>		
<b>BEBESTIBLE</b>	<b>jugo</b>	<b>jugo</b>	<b>jugo</b>		

Tarifa menú completo	1ro a 4to básico	\$3.800
	5to a IV medio	\$3.990
Plato solo		\$3.300

### **IMPORTANTE**

Este año el casino “no fía” debido a irregularidades por parte de apoderados. Si tuvo algún inconveniente y necesita que le brindemos nuestros servicios, a continuación, nuestro número de contacto y datos para transferencia

Whatsapp +56992190645

Banco Estado – Cuenta Corriente 7365951 – Rut 11.631541-6

[Cinthyagastronomia@gmail.com](mailto:Cinthyagastronomia@gmail.com) - Cinthya Valentina Hurtado Labarca

## Cafetería

### 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, marraqueta, hallulla, ciabatta.

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

### Dulces:

Trozo de queque

Brownie sin azúcar

Brownie

Galletas

Alfajores

Barras de cereal

Cereal

### Bebestibles:

Bebidas

Jugos

Jugos naturales

Agua mineral  
Leche individuales  
Leche con plátano  
Yogurt  
Café (variedades)  
Té  
Chocolate caliente

**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.