



Minuta Abril 2019

Lunes 01

Martes 02

Miércoles 03

Jueves 04

Viernes 05

Ensaladas

Lechuga	Repollo zanahoria	Lechugas	Chilena	Lechuga poroto verde
Coliflor	Lechuga pimentón	Lentejas en salsa verde	Lechuga	Brócoli
Zanahoria	Tomate perejil	Acelga	Zucchini	Pepino pimentón
Betarraga	Pepino	Zanahoria	Poroto verde	Betarraga cocida

Salsas

Salsa vinagreta pimiento	Pebre ají verde	Salsa Limoneta	Salsa de mostaza	Salsa Francesa
--------------------------	-----------------	----------------	------------------	----------------

Común

Salsa Boloñesa con spaghettis	Fritos de atún con puré	Juliana de Cerdo con Papas al Horno	Garbanzos con Chorizo cocido	Hamburguesa al Horno con Papas fritas
-------------------------------	-------------------------	-------------------------------------	------------------------------	---------------------------------------

Vegetariano

Tortilla de acelgas	Pastel de verduras	Omellette choclo pimentón	Pastel de papas	Corbatitas Boloñesa vegetal
---------------------	--------------------	---------------------------	-----------------	-----------------------------

Hipocalórico

Tomate Neptuno	Ensalada César	Ensalada de atún	Albóndigas con ensaladas	Hamburguesa al horno con ensaladas
----------------	----------------	------------------	--------------------------	------------------------------------

Postres

Jalea	Arroz con leche	Flan con Leche	Mote con ciruelas	Jalea
Queque	Jalea Gitana	Jalea con Merengue	Cassata invierno	Yogurt con frutas
Fruta Natural	Brocheta de frutas	Compota mixta	Fruta Natural	Brazo de Reina

Marcia Lazcano Aguilera
Nutricionista



Lunes 08

Martes 09

Miércoles 10

Jueves 11

Viernes 12

Ensaladas

Pepino perejil	chilena	Tomate P. verde	Lechuga	Zanahoria cocida
Tomate	Lechuga pimentón	Repollo zanahoria	Zapallito Italiano	Pepino
Lechuga	Betarraga	Coliflor	Tomate coliflor	Repollo morado
Apio	Zucchini	Acelga	Ens. Rusa	Lechuga

Salsas

Pebre pasta	Salsa francesa	Chancho en piedra	Salsa de mostaza	Pebre ají verde
-------------	----------------	-------------------	------------------	-----------------

Común

Carne a la bordalesa con arroz primavera	Pastel de verduras	Porotos con riendas	Canelones rellenos de atún	Carbonada
--	--------------------	---------------------	----------------------------	-----------

Vegetariano

Charquicán con huevo	Brochetas de verduras con cuscús	Tomaticán	Fajitas rellenas de verduras	Tortilla de porotos verdes
----------------------	----------------------------------	-----------	------------------------------	----------------------------

Hipocalórico

Zapallitos italianos al gratín con ensaladas	Salpicón de vacuno	Palta Reina	Ensalada César	Omelette relleno de tomate
--	--------------------	-------------	----------------	----------------------------

Postres

Jalea con frutas	Colegial	Suspiro Limeño	yogurt	Panqueques con manjar
Bavarois	Jalea imperial	Jalea	Sémola con leche	Macho ruso
Fruta Natural	Fruta natural	Tutti frutti	Fruta Natural	Compota de frutas

**Marcia Lazcano Aguilera
Nutricionista**



Lunes 15

Martes 16

Miércoles 17

Jueves 18

Viernes 19

Ensaladas	Lechuga	tomate perejil	Lechuga	Betarraga nevada	VIERNES
	Arvejita pimentón	Acelga crutón	Betarraga	Lechuga	
	Tomate	Lechuga zanahoria	Tomate primavera	Pepino choclo	
	Apio zanahoria	Primavera	Porotos verdes	Repollo mix	
Salsas	Salsa Vinagreta pimiento	Salsa Francesa	Chancho en piedra	Salsa de mostaza	
Común	Carne mechada con arroz piamontesa	Pollo asado con puré	Pulpa al ajillo con guiso de verduras	Corbatitas en salsa Alfredo	SANTO
Vegetariano	Hummus de pimiento rojo asado	Pastel de Zapallo	Risotto de Quínoa	Porotos con Rienda	
Hipocalórico	Espirales con salsa de verduras	Tomate Neptuno	Pollo grillé con ensaladas surtidas	Ensalada de atún con garbanzos	FERIADO
	yogurt con frutas	Mousse de vainilla	Queque	Jalea	
Postres	Jalea	Mote con Huesillos	Jalea	Suspiro limeño	
	Fruta Natural	Brocheta de frutas	Tutti frutti	Fruta Natural	

Marcia Lazcano Aguilera
Nutricionista



Lunes 22

Martes 23

Miércoles 24

Jueves 25

Viernes 26

Ensaladas

Chilena	Tomate choclo	Lechuga pimentón	Lechuga	Zanahoria cocida
Achicoria	Achicoria zanahoria	Repollo zanahoria	Zapallito Italiano	Zapallito Italiano rallado
Zanahoria perejil	Betarraga cocida	Coliflor	Tomate perejil	Repollo morado
Apio	Pepino	Acelga crutón	Ens. Rusa	Lechuga

Salsas

Pebre Ají verde	Salsa Limoneta	Salsa Oriental	Salsa Vinagreta	Salsa de mostaza
-----------------	----------------	----------------	-----------------	------------------

Común

Pollo a la mostaza con arroz primavera	Ajiaco	Lentejas con chorizo	Pastel de papas con atún al horno	Lasaña boloñesa
--	--------	----------------------	-----------------------------------	-----------------

Vegetariano

Tortilla de verduras con arroz	Charquicán con huevo	Lasaña de verduras	Milanesa de zapallitos napolitanos	Pizza Vegana
--------------------------------	----------------------	--------------------	------------------------------------	--------------

Hipocalórico

Ensalada mediterránea	Ensalada César	Palta Reina	Ensalada mix	Pollo al horno con ensaladas
-----------------------	----------------	-------------	--------------	------------------------------

Postres

Jalea con frutas	Leche asada	Panqueques con mermelada	yogurt	Cocadas con manjar
Bavarois	Jalea imperial	Jalea	Sémola con leche	Jalea
Fruta Natural	Fruta natural	Tutti frutti	Fruta Natural	Brocheta de frutas

**Marcia Lazcano Aguilera
Nutricionista**



Mayo 2019

Lunes 29

Martes 30

Miércoles 01

Jueves 02

Viernes 03

Ensaladas

Chilena	Tomate choclo		Lechuga	Achicoria zanahoria
Apio	Lechuga		Tomate	Betarraga rallada
Lechuga	Apio zanahoria		Papas Mayo	Tomate arvejas
Espinaca	Pepino		Achicoria	Lechuga

Salsas

Pebre pasta	Salsa Limoneta		Chancho en piedra	Pebre ají verde
-------------	----------------	--	-------------------	-----------------

Común

Chapsui de pollo con arroz chaufán	Asado de vacuno con puré pimentón rojo	Feriado Día del trabajo	Garbanzos con chorizo	Albóndigas atomatadas con spaghetis
------------------------------------	--	------------------------------------	-----------------------	-------------------------------------

Vegetariano

Tomate rellenos con huevo y arroz	Tortilla de Zanahoria con puré		Omelette de verduras	Canastitas de Brócoli
-----------------------------------	--------------------------------	--	----------------------	-----------------------

Hipocalórico

Ensalada primavera	Palta York		Tomate Neptuno	Albóndigas atomatadas con ensaladas
--------------------	------------	--	----------------	-------------------------------------

Postres

Mousse de frutilla	Queque		Brocheta de frutas	Brazo de reina
Jalea mixta	Jalea imperial		Maicena con leche	Jalea con fruta
Fruta Natural	Fruta natural		Fruta Natural	Fruta Natural