

MINUTA DS SAN FELIPE ALUMNOS - COLABORADORES MARZO 2024

Día					Viernes 01
Día	Lunes 04	Martes 05	Miércoles 06	Jueves 07	Viernes 08
Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema
Ensalada 1	Lechuga escarola -- Brócoli	Choclo con pimentón cubo – Repollo blanco	Lechuga mix-tomate	Zanahoria juliana- Apio aceituna	Lechuga escarola-Coliflor
Alternativa 1	Filetillo de pollo arvejado /Arroz ciboulette	Carbonada de Vacuno	Merluza frita / Ensalada rusa	Lomo de cerdo /Guiso de acelga	Pechuga de pollo grille/papas fritas
Alternativa 2	Salsa alfredo c/ pastas	Ragout de cerdo/ puré de papa	Poroto con mazamorra	Tomaticán de vacuno/Arroz	Cazuela de vacuno
Hipocalórico	Albóndiga / Ensalada surtida	Ensalada cesar	Merluza al jugo / Ensalada	Lomo de cerdo / Ensalada surtida	Pechuga de pollo grille / Ensalada surtida
Vegetariano	Omelette de esparrago /Arroz ciboulette	Lasaña de verduras al gratín	Porotos con mazamorra	Guiso de acelga /Arroz	Tortilla de Zanahoria/Papas fritas
Postres	Fruta Natural- Postre de leche-Jalea	Fruta natural-Postre de Leche-Jalea	Fruta Natural- Postre de Leche-Jalea	Fruta Natural- Postre de Leche- Jalea	Fruta Natural- Postre de Leche-Jalea

Día	Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15
Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema
Ensalada 1	Lechuga costina – Tomate perejil	Quinoa con verduras – Pepino con pimentón	Lechuga mix – Repollo morado con perejil	Poroto verde chilena– Espinaca con crutones	Lechuga costina con espinaca -Tomate
Alternativa 1	Salsa Boloñesa/ Tallarines	Lomo de cerdo /Arroz ciboulette	Lentejas guisadas / huevo rallado	Croqueta de atún / Pure de papa	Hamburguesas / Espirales al pesto
Alternativa 2	Pechuga de pollo arvejado/Arroz	Charquicán con carne molida / huevo frito	Tomaticán de vacuno/corbatitas al pesto	Panqueque florentino con (pollo y espinaca)	Zapallito italiano relleno al gratín
Hipocalórico	Molde de Atún / Ensalada surtida	Tacos de ave -choclo- cebollín-ssa guacamole	Ensalada campestre	Croqueta de atún / Ensalada	Hamburguesa casera / Ensalada
Vegetariano	Salsa boloñesa de soya/ tallarines	Charquicán de verduras c/ huevo frito	Lentejas guisadas	Panqueque de verduras al gratín	Zapallito relleno de soya al gratín
Postres	Fruta Natural Postre de Leche - Jalea	Fruta Natural Postre de Leche - Jalea	Fruta Natural Postre de Leche - Jalea	Fruta Natural Postre de Leche - Jalea	Fruta Natural Postre de Leche - Jalea
Día	Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema
Ensalada 1	Lechuga mix – choclo ciboulette	Coliflor cilantro – cous cous verduras	Mix Lechugas – Betarraga nevada	Tomate chilena– Pepino pimentón rojo	Lechuga costina – Tomate con Poroto verde
Alternativa 1	Pechuga de pavo /Guiso de zapallitos	Pastel de papa al gratín	Porotos granados con mazamorra	Merluza frita / Ensalada rusa	Lomo de cerdo asado/Papas fritas
Alternativa 2	Asado alemán/ Arroz Arvejado	Ragout de cerdo / espirales al pesto	Croqueta de vacuno / Papas rustica	Carbonada de vacuno	Tacos de ave con verduras/Ssa Guacamole
Hipocalórico	Asado alemán/ Ensalada	Molde atún con ensalada	Croqueta de vacuno / Ensalada	Merluza al jugo / Ensalada	Ensalada Cesar
Vegetariano	Guiso de Acelga / arroz arvejado	Pastel de papa con soya	Porotos granados con mazamorra	Carbonada de verduras	Tacos de verduras/Ssa guacamoles
Postres	Fruta Natural Postre de Leche - Jalea	Fruta Natural Postre de Leche -Jalea	Fruta Natural Postre de Leche - Jalea	Fruta Natural Postre de Leche - Jalea	Fruta Natural Postre de Leche Jalea

Día	Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29
Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema
Ensalada 1	Lechuga costina- Pepino ciboulette	Poroto verde con aceituna – Betarraga	Lechuga escarola - Cous cous c/ verdura	Apio con aceituna Zanahoria hilo	Lechuga con espinaca- Tomate
Alternativa 1	Salsa bontux /corbatitas	Tomaticán de vacuno /Pure de papa	Chapsui de ave / Arroz chaufa	Charquicán con Carne / huevo frito	Pastel de choclo
Alternativa 2	Albóndigas tomatada/ Budín de verduras	Garbanzos guisados / chorizo	Croqueta de atún / Papa dorada	Salsa boloñesa / Espirales perejil	Chuleta de cerdo /Espinaca a la crema
Hipocalórico	Albóndigas tomatada / Ensalada	Tomate Neptuno / Ensalada	Croqueta de atún/ Ensalada	Ensalada campestre	Chuleta de cerdo /Ensalada
Vegetariano	Salsa tres quesos / corbatas	Garbanzos guisados	Chapsui de verdura/ Arroz chaufa	charquicán de verduras / huevo frito	Pastel de choclo con soya
Postres	Fruta Natural Postre de Leche - Jalea	Fruta Natural Postre de Leche - Jalea	Fruta Natural Postre de Leche - Jalea	Fruta Natural Postre de Leche - Jalea	Fruta Natural Postre de Leche - Jalea

Valores Prekínder a 2° básico \$ 3400 - 3 ° básico a 4° medio \$ 4100

Transferencia: Aquelarre Producciones y Eventos SPA. Rut :77.113.377 -0

Chequera Electrónica. 22570784521 Banco Estado correo: casino_ds@banquetesnavarrete.cl

Nota: importante destacar nombre, curso, días que almuerza alumno.