

MENU AGOSTO 2018

MENU	LUNES 30	MARTES 31	MIERCOLES 01	JUEVES 02	VIERNES 03
NORMAL			POLLO ASADO C/PURE	LASAÑA	PESCADO FRITO C/ENSALADA
			POROTOS	CROQUETA PESCADO C/ARROZ	
HIPOCALORICO			VEGETARIANO	VEGETARIANO	VEGETARIANO
			WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO
			SUSHI	SUSHI	SUSHI
ENSALADA			A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR
POSTRE			A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR

MENU	LUNES 06	MARTES 07	MIERCOLES 08	JUEVES 09	VIERNES 10
NORMAL	FIDEOS C/SALSA ALFREDO O SALSA BOLOÑESA	POLLO ARVEJADO C/ARROZ	PASTEL DE PAPAS	LASAÑA	ESTOFADO
	LENTEJAS	CAZUELA	POLLO A LA PLANCHA C/PAPAS DUQUESAS	HAMBURGUESAS CON ARROZ	
HIPOCALORICO	VEGETARIANO	VEGETARIANO	VEGETARIANO	VEGETARIANO	VEGETARIANO
	WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO
	SUSHI	SUSHI	SUSHI	SUSHI	SUSHI
ENSALADA	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR
POSTRE	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR

Poseer una buena salud no consiste solo en la ausencia de enfermedades, sino en hacer todo lo necesario para prevenir su aparición y esto solo se consigue llevando a cabo una **VIDA SANA**, para lo cual existen tres condiciones imprescindibles: comer bien (siguiendo una alimentación equilibrada), mantenerse en forma (mediante la práctica de ejercicio físico en forma habitual y constante) y combatir a los enemigos de la salud (estrés, tabaco, drogas, etc.).

MENU	LUNES 13	MARTES 14	MIERCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
NORMAL	TALLARINES C/ SALSA BOLOÑESA O ALFREDO	STROGONOFF C/ARROZ	POLLO ASADO C/PURE	LASAÑA	POLLO A LA PLANCHA C/PAPAS DUQUESAS
	GARBANZOS	CHARQUICAN	LENTEJAS	STROGONOFF C/ARROZ	
HIPOCALORICO	VEGETARIANO	VEGETARIANO	VEGETARIANO	VEGETARIANO	VEGETARIANO
	WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO
	SUSHI	SUSHI	SUSHI	SUSHI	SUSHI
ENSALADA	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR
POSTRE	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR

MENU	LUNES 20	MARTES 21	MIERCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
NORMAL	ESPIRALES C/ SALSA BOLOÑESA O CON SALSA ALFREDO	CARNE MECHADA C/TALLARINES	POLLO ASADO C/PURE	LASAÑA	ESTOFADO
	POROTOS	CHARQUICAN	CROQUETA DE POLLO C/PAPAS DORADAS	ALBONDIGAS C/ARROZ ARABE	HAMBURGUESA C/PAPAS DUQUESA
HIPOCALORICO	VEGETARIANO	VEGETARIANO	VEGETARIANO	VEGETARIANO	VEGETARIANO
	WRAPS DE POLLO O CARNE	WRAPS DE POLLO O CARNE	WRAPS DE POLLO O CARNE	WRAPS DE POLLO O CARNE	WRAPS DE POLLO O CARNE
ENSALADA	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR
POSTRE	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR

Poseer una buena salud no consiste solo en la ausencia de enfermedades, sino en hacer todo lo necesario para prevenir su aparición y esto solo se consigue llevando a cabo una VIDA SANA, para lo cual existen tres condiciones imprescindibles: comer bien (siguiendo una alimentación equilibrada), mantenerse en forma (mediante la práctica de ejercicio físico en forma habitual y constante) y combatir a los enemigos de la salud (estrés, tabaco, drogas, etc.).

Degustar's

Servicios de alimentación

MENU	LUNES 27	MARTES 28	MIERCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 31
NORMAL	ESPIRALES C/ SALSA BOLOÑESA O ALFREDO	CHULETA DE CERDO C/ARROZ PRIMAVERA	ALBONDIGAS C/TALLARINES	LASAÑA	PESCADO FRITO C/TORTILLA DE VERDURAS
	POROTOS	PASTEL DE PAPAS	ALITAS DE POLLO C/SALSA BARBECUE C/ARROZ	CROQUETA DE PESCADO C/ARROZ	
HIPOCALORICO	VEGETARIANO	VEGETARIANO	VEGETARIANO	VEGETARIANO	VEGETARIANO
	WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO
	SUSHI	SUSHI	SUSHI	SUSHI	SUSHI
ENSALADA	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR
POSTRE	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR

MENU DIARIO \$2.500.-*

LOS MENUS ESTAN SUJETOS A CONFIRMACION DIARIA, SEGÚN DISPONIBILIDAD DE INGREDIENTES

MENU NORMAL: PLATO DE FONDO, ENSALADA o CONSOME, JUGO Y POSTRE

MENU HIPOCALORICO: PLATO DE FONDO, JUGO Y POSTRE

VENTA DE VALES DE COLACION EN FORMA DIARIA, SEMANAL, QUINCENAL Y MENSUAL; EN EL KIOSCO DEL COLEGIO Y EN EL CASINO

FORMA DE PAGO:

-EFECTIVO

-TRANSFERENCIA BANCARIA:

ANDREA VALENZUELA GONZALEZ, RUT: 13.274.222-7, BANCO SANTANDER, CTA CTE N°61865420,

E-MAIL: CDPLF@DEGUSTAS.CL

FONOS: 2 2266 7346 – +56 9 8201 1241

Poseer una buena salud no consiste solo en la ausencia de enfermedades, sino en hacer todo lo necesario para prevenir su aparición y esto solo se consigue llevando a cabo una **VIDA SANA**, para lo cual existen tres condiciones imprescindibles: comer bien (siguiendo una alimentación equilibrada), mantenerse en forma (mediante la práctica de ejercicio físico en forma habitual y constante) y combatir a los enemigos de la salud (estrés, tabaco, drogas, etc.).