

MENU OCTUBRE 2018

MENU	LUNES 01	MARTES 02	MIERCOLES 03	JUEVES 04	VIERNES 05
NORMAL	ESPIRALES C/SALSA ALFREDO O SALSA BOLOÑESA	CARNE C/ARROZ	POLLO CRISPY C/PURE	LASAÑA	PESCADO FRITO C/ENSALADA
	POROTOS	CAZUELA	ALBONDIGAS C/TALLARINES	CROQUETA PESCADO C/ARROZ	POLLO A LA PLANCHA C/PAPAS DUQUESAS
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 08	MARTES 09	MIERCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
NORMAL	ESPIRALES C/SALSA ALFREDO O SALSA BOLOÑESA	PASTEL DE CHOCLO	POLLO CRISPY C/ARROZ	LASAÑA	ESCALOPA KAYSER C/PAPAS DORADAS
	POLLO A LA PLANCHA C/PAPAS DUQUESAS	CARNE AL JUGO C/ARROZ	GUISO DE VERDURAS C/PAPAS DUQUESA	ALITAS DE POLLO EN SALSA BARBECUE C/ARROZ	POLLO C/PAPAS DUQUESA
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.).

	LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
MENU NORMAL			FIDEOS C/SALSA ALFREDO O BOLOÑESA	LASAÑA	CROQUETA DE POLLO C/ARROZ PRIMAVERA
			ESCALOPA C/ARROZ ARABE	POLLO A LA PLANCHA C/PAPAS DUQUESA	
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

	LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
MENU NORMAL	FIDEOS C/ SALSA BOLOÑESA O ALFREDO	CHULETA C/ARROZ	POLLO ASADO C/PURE	LASAÑA	POLLO C/PAPAS DUQUESA
	LENTEJAS	POROTOS C/MAZAMORRA	ALBONDIGAS C/TALLARINES	CROQUETA DE POLLO 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

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.).

Degustas

Servicios de alimentación

MENU	LUNES 29	MARTES 30	MIERCOLES 31		
NORMAL	FIDEOS C/ SALSA BOLOÑESA O ALFREDO	POLLO ARVEJADO C/ARROZ	POLLO CRISPY C/PURE		
	POROTOS	PASTEL DE PAPAS	HAMBURGUESA C/BUDIN DE VERDURAS		
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 DIARIO \$2.500.-*

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

MENU NORMAL: PLATO DE FONDO, ENSALADA, 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

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.).