

MENU MAYO 2019

	LUNES 29	MARTES 30	MIERCOLES 01	JUEVES 02	VIERNES 03
MENU NORMAL				LASAÑA	HAMBURGUESA C/PURE
				POLLO C/PAPAS DUQUESA	
				SUSHI	SUSHI
				EMPANADAS DE HORNO	EMPANADAS DE HORNO
HIPOCALORICO				VEGETARIANO	VEGETARIANO
				WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO
ENSALADA				A DEFINIR	A DEFINIR
POSTRE				FLAN	FRUTA

	LUNES 06	MARTES 07	MIERCOLES 08	JUEVES 09	VIERNES 10
MENU NORMAL	ESPIRALES C/SALSA ALFREDO O BOLOÑESA	POLLO AL JUGO C/ARROZ	HAMBURGUESA C/PURE	LASAÑA	ESTOFADO
	LENTEJAS	POROTOS C/MAZAMORRA	ALBONDIGAS C/TALLARINES	CROQUETA DE PESCADO C/ARROZ	
	SUSHI	SUSHI	SUSHI	SUSHI	SUSHI
	EMPANADAS DE HORNO	EMPANADAS DE HORNO	EMPANADAS DE HORNO	EMPANADAS DE HORNO	EMPANADAS DE HORNO
HIPOCALORICO	VEGETARIANO	VEGETARIANO	VEGETARIANO	VEGETARIANO	VEGETARIANO
	WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO
ENSALADA	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR
POSTRE	HELADO	FRUTA	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 NORMAL	LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
	TALLARINES C/SALSA BOLOÑESA O ALFREDO	STROGONOFF C/ARROZ	POLLO ASADO C/PURÉ	LASAÑA	PECHUGA DE POLLO C/PAPAS DUQUESA
	GARBANZOS	CARBONADA	PESCADO A LA MANTEQUILA C/PAPAS DORADAS	POLLO CRISPY C/ARROZ	
	SUSHI	SUSHI	SUSHI	SUSHI	SUSHI
	EMPANADAS DE HORNO	EMPANADAS DE HORNO	EMPANADAS DE HORNO	EMPANADAS DE HORNO	EMPANADAS DE HORNO
HIPOCALORICO	VEGETARIANO	VEGETARIANO	VEGETARIANO	VEGETARIANO	VEGETARIANO
	WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO
ENSALADA	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR
POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	HELADO	JALEA

MENU NORMAL	LUNES 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
			ESPIRALES C/SALSA ALFREDO O SALSA BOLOÑESA	LASAÑA	POLLO CRISPY C/ARROZ PRIMAVERA
			PESCADO C/GUIISO DE VERDURAS	POLLO A LA PLANCHA C/PAPAS DUQUESA	
			SUSHI	SUSHI	SUSHI
			EMPANADAS DE HORNO	EMPANADAS DE HORNO	EMPANADAS DE HORNO
HIPOCALORICO			VEGETARIANO	VEGETARIANO	VEGETARIANO
			WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO
ENSALADA			A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR
POSTRE			A DEFINIR	FRUTA	HELADO

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

Servicios de alimentación

MENU	LUNES 27	MARTES 28	MIERCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 31
NORMAL	ESPIRALES C/SALSA ALFREDO O BOLOÑESA	PASTEL DE PAPAS	HAMBURGUESA C/ARROZ	LASAÑA	POLLO C/PAPAS DUQUESA
	LENTEJAS	CARNE AL JUGO C/PURÉ	ALBONDIGAS C/TALLARINES	ALITAS DE POLLO C/SALSA BARBECUE	
	SUSHI	SUSHI	SUSHI	SUSHI	SUSHI
	EMPANADAS DE HORNO	EMPANADAS DE HORNO	EMPANADAS DE HORNO	EMPANADAS DE HORNO	EMPANADAS DE HORNO
HIPOCALORICO	VEGETARIANO	VEGETARIANO	VEGETARIANO	VEGETARIANO	VEGETARIANO
	WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO	WRAPS DE POLLO
ENSALADA	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR
POSTRE	A DEFINIR	A DEFINIR	A DEFINIR	FRUTA	A DEFINIR

MENU DIARIO \$2.700.-

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 Y ENTREGA DE VALES DE COLACION EN FORMA DIARIA, SEMANAL, QUINCENAL Y MENSUAL; **SOLAMENTE EN EL KIOSKO 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

***SI SE CANCELA CON TRANSFERENCIA BANCARIA, EL ALUMNO O APODERADO DEBE DE RETIRAR EL O LOS VALES CANCELADOS EN EL KIOSKO DEL COLEGIO PREVIA ENTREGA DE COMPROBANTE DE TRANSFERENCIA O DE HABER RECIBIDO EN NUESTRO CORREO DICHA TRANSFERENCIA CON EL NOMBRE DEL ALUMNO Y CURSO**

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.).