

RECUERDA QUE...

Se recomienda consumir de 2 a 3 raciones al día de productos lácteos semi descremados o descremados según las necesidades de cada persona.



Apunt
GESTIÓN DE SERVICIOS

Una empresa de **ISS** Facility Service

cl.issworld.com
info@cl.issworld.com
+56227266500

Almuerzo Desde 7mo Básico y Administrativos Colegio Internacional Alba



MARZO 2020

LUNES 02

Variedad de Ensaladas
Sopa de Pollo Perejil
Carne Mechada c/ Mostaccioli al Queso
Budín de Zapallito
Timbal de Pollo y Paila c/ Ensaladas del Huerto
Alternativa de Postre

MARTES 03

Variedad de Ensaladas
Consomé al Huevo
Porotos Granados c/ Mazamorra
Ragout de Ave c/ Arroz Graneado
Ensalada Nizarda
Alternativa de Postre

MIÉRCOLES 04

Variedad de Ensaladas
Crema de Pollo c/ Crutones
Pulpa a la Mostaza c/ Papas al Orégano
Carne al Horno c/ Choclo a la Crema
Quiche de Jamón Queso c/ Repollo Zanahoria Zapallito
Alternativa de Postre

JUEVES 05

Variedad de Ensaladas
Sopa de Carne Perejil
Charquicán de Verduras c/ Huevo Frito
Lasaña
Hamburguesa c/ Anejas Betarraga Acelga
Alternativa de Postre

VIERNES 06

Variedad de Ensaladas
Crema de Espárragos c/ Crutones
Reineta Frita c/ Arroz al Cebollín
Pancuras c/ Carne Picada
Reineta al Horno c/ Por. Verdes Tomate Pepino
Alternativa de Postre

LUNES 09

Variedad de Ensaladas
Crema de Champiñones c/ Crutones
Cazuela de Ave c/ Choclo
Escalopa de Jamón Queso c/ Guiso Mixto
Omelette de Palmitos c/ Lechuga Anejas Zanahoria
Alternativa de Postre

MARTES 10

Variedad de Ensaladas
Sopa de Pollo Perejil
Fetuccini c/ Salsa Italiana
Fricandela c/ Salpicón de Verduras
Pechuga de Pollo Asada c/ Betarraga Choclo Por. Verdes
Alternativa de Postre

MIÉRCOLES 11

Variedad de Ensaladas
Crema de Verduras c/ Crutones
Porotos Granados c/ Pilco
Cerdo BBQ c/ Arroz Toscano
Budín de Pescado c/ Lechuga Zanahoria Habas
Alternativa de Postre

JUEVES 12

Variedad de Ensaladas
Sopa de Carne Perejil
Pastel de Papas
Filetito de Pollo Grilado c/ Wok de Verduras
Carne al Horno c/ Habas Tomate Zapallito
Alternativa de Postre

VIERNES 13

Variedad de Ensaladas
Crema de Anejas c/ Crutones
Carne en Salsa c/ Spaghetti al Queso
Tortilla Española
Tomate York c/ Jamón de Pavo y Pepino Acelga Betarraga
Alternativa de Postre

LUNES 16

Variedad de Ensaladas
Sopa de Carne Perejil
Pechuga de Pollo Leonesa c/ Arroz Verde
Zapallito Napolitano c/ Quinoa y Parmesano (2)
Fajita Mexicana de Pollo c/ Repollo Zanahoria Por. Verdes
Alternativa de Postre

MARTES 17

Variedad de Ensaladas
Crema de Pollo c/ Crutones
Pulpa al Ajillo c/ Puré a la Crema
Carne al Horno c/ Salteado Oriental de Verduras
Tortilla de Atún c/ Pepino Tomate Lechuga
Alternativa de Postre

MIÉRCOLES 18

Variedad de Ensaladas
Sopa Natural de Carne
Quilafos c/ Salsa al Pesto Ave
Pastel de Choclo
Salpicón de Carne
Alternativa de Postre

JUEVES 19

Variedad de Ensaladas
Crema de Espárragos c/ Crutones
Lentejas Guisadas c/ Huevo Lluvia
Tortaditas de Papas Doradas
Quiche de Champiñones c/ Betarraga Anejas Zapallito
Alternativa de Postre

VIERNES 20

Variedad de Ensaladas
Sopa de Pollo Perejil
Chuleta al Horno c/ Arroz Morrón
Croqueta de Pescado c/ Bouquetiere de Verduras
Filetito de Pollo Asado c/ Choclo Lechuga Por. Verdes
Alternativa de Postre

LUNES 23

Variedad de Ensaladas
Crema de Choclo c/ Crutones
Carne a la Pimienta c/ Espirales Pomodoro
Pastel de Verduras
Paila Marinera c/ Tomate Pepino Zapallito
Alternativa de Postre

MARTES 24

Variedad de Ensaladas
Consomé Reina
Porotos Granados c/ Mazamorra
Pechuga de Pollo al Jugo c/ Papas Mayo
Ensalada de Cous Cous c/ Pollo
Alternativa de Postre

MIÉRCOLES 25

Variedad de Ensaladas
Crema de Champiñones c/ Crutones
Shopsú Mixto c/ Arroz Chow Fan
Asado de Cerdo c/ Tortilla Bicolor
Carne a la Plancha c/ Betarraga Por. Verde Habas
Alternativa de Postre

JUEVES 26

Variedad de Ensaladas
Crema de Anejas c/ Crutones
Carbonada c/ Carne Picada
Lingüine c/ Salsa Boloñesa
Quiche de Jamón Queso c/ Por. Negro Lechuga Zanahoria
Alternativa de Postre

VIERNES 27

Variedad de Ensaladas
Sopa de Carne Perejil
Pollo Asado c/ Papas Fritas
Chupe de Mariscos
Pollo Asado c/ Tomate Repollo Acelga
Alternativa de Postre

LUNES 30

Variedad de Ensaladas
Crema de Verduras c/ Crutones
Asado Alemán c/ Arroz al Curry
Cazuela de Vacuno c/ Choclo
Ensalada César
Alternativa de Postre

MARTES 31

Variedad de Ensaladas
Sopa de Carne Perejil
Stroganoff de Ave c/ Puré de Papas
Pulpa a la Cacerola c/ Budín de Coliflor Zanahoria
Omelette de Champiñones c/ Tomate Apio Choclo
Alternativa de Postre

PLATO DESTACADO

Zapallito napolitano
c/ quinoa
y parmesano

