

MINUTA MAYO 2022

Día	Lunes 02	Martes 03	Miércoles 04	Jueves 05	Viernes 06
Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema
Ensalada 1	Lechuga- Repollo blanco	Chilena- lechuga costina	Lechuga- Brócoli	Poroto negro -Espinaca	Lechuga – Poroto Verde
Alternativa 1	Lomo de cerdo asado / Arroz	Pescado frito/ensalada rusa	Lentejas guisadas/ huevo rallado	Croqueta de Atún/ tallarines atomatado	Zapallito Italiano relleno
Hipocalórico	Molde de Atún /Ensalada	Ensalada Cesar	Pechuga de pollo /ensalada	Ensalada Campestre	Budín de verduras / papa dorada al eneldo
Ensalada Quiosco	Molde de Atún /Ensalada Quinoa -verduras	Ensalada Cesar	Ensalada Campesina (huevo-quesillo-aceituna-choclo -lechuga)	Ensalada Mixta churrasco	Palta Rellena – Base Lechuga Zanahoria
Postres	Fruta Natural- Postre de leche-Jalea sin azúcar	Fruta natural-Postre de Leche-Jalea sin Azúcar	Fruta natural-Postre de Leche-Jalea sin Azúcar	Fruta Natural- Postre de Leche-Jalea sin Azúcar	Fruta Natural Postre de Leche Jalea Sin Azúcar
Día	Lunes 09	Martes 10	Miércoles 11	Jueves 12	Viernes 13
Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema
Ensalada 1	Lechuga – Poroto verde	Poroto negro - Tomate	lechuga - Pepino	Choclo ciboulette – Lechuga	Tomate pepino
Alternativa 1	Salsa Boloñesa/ Tallarines	Tomatacán de vacuno / puré	Charquicán de verduras / huevo frito	Guiso de zapallo italiano con carne molida/Papa dorada	Hamburguesas caseras /papas fritas
Hipocalórico	Ensalada cesar	Tortilla de espinaca c/ ensalada	Molde atún /ensalada	Ensalada Campestre	Ensalada campestre
Almuerzo Frío	Sándwich del día -Bebida	Sándwich del día -Bebida	Sándwich del día -bebida	Sándwich del día -Bebida	Sándwich del día -Bebida
Postres	Fruta Natural Postre de Leche Jalea Sin Azúcar	Fruta Natural Postre de Leche Jalea Sin Azúcar	Fruta Natural Postre de Leche Jalea Sin Azúcar	Fruta Natural Postre de Leche Jalea Sin Azúcar	Fruta Natural Postre de Leche Jalea Sin Azúcar
Día	Lunes 16	Martes 17	Miércoles 18	Jueves 19	Viernes 20
Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema
Ensalada 1	Repollo blanco / zapallo italiano	Zanahoria rallada / lechuga escarola	Quinoa/choclo	Pepino -betarraga	Zapallo italiano
Alternativa 1	Salsa bontoux / tallarines	Albóndigas salsa. Champiñón/ budín de verduras	Estofado de Ave/ arroz	Porotos con tallarines/ chorizo	Hamburguesa casera atomatada /Papas fritas
Hipocalórico	Tomate york/ ensalada mix verde	Ensalada Cesar	Omelette de queso /pure	Pechuga de pollo/ ensalada	Ensalada Campestre
Postres	Fruta Natural Postre de Leche Jalea Sin Azúcar	Fruta Natural Postre de Leche Jalea Sin Azúcar	Fruta Natural Postre de Leche Jalea Sin Azúcar	Fruta Natural Postre de Leche Jalea Sin Azúcar	Fruta Natural Postre de Leche Jalea Sin Azúcar
Día	Lunes 23	Martes 24	Miércoles 25	Jueves 26	Viernes 27
Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema
Ensalada 1	Lechuga – coliflor	Primavera - poroto tórtola (criolla)	Betarraga -Lechuga	Choclo -Repollo	Mix de lechugas
Alternativa 1	Salsa boloñesa / corbatitas	Pastel de Papas	Ragout de Vacuno c/ tallarines	Charquicán con Carne Huevo	Truto de pollo asado / papas fritas
Hipocalórico	Ensalada Cesar	Palta Neptuno / ensalada	Tortilla de zanahoria c/ Ensalada	Molde de atún c/ ensalada	Truto de pollo asado c/ Ensalada
Postres	Fruta Natural Postre de Leche Jalea Sin Azúcar	Fruta Natural Postre de Leche Jalea Sin Azúcar	Fruta Natural Postre de Leche Jalea Sin Azúcar	Fruta Natural Postre de Leche Jalea Sin Azúcar	Fruta Natural Postre de Leche Jalea Sin Azúcar
Día	Lunes 29	Martes30	Miércoles	Jueves	Viernes
Sopa o Crema	Sopa o Crema	Sopa o Crema			
Ensalada 1	Lechuga – quinoa	Pepino -Choclo			
Alternativa 1	Salsa Alfredo / Pasta	Asado alemán / arroz pilaf			
Hipocalórico	Pechuga de pollo c /Ensalada	Molde de atún c/ ensalada			
Postres	Fruta Natural Postre de Leche Jalea Sin Azúcar	Fruta Natural Postre de Leche Jalea Sin Azúcar			