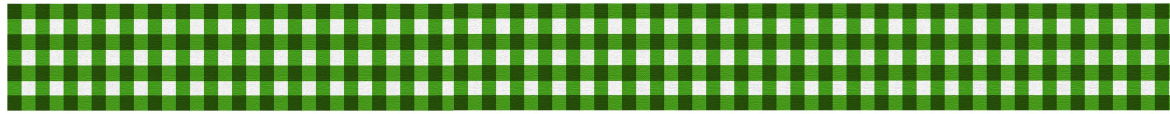




CASINO INGLÉS



MINUTA COLEGIO INGLÉS

ABRIL 2018

	LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Menú Básico					
ENTRADA	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)
PLATO DE FONDO	Croquetas de pollo (112 cal)	Lasaña Boloñesa (451 cal)	Porotos guisados (449 cal)	Budín de Zapallito (193 cal)	Strogonoff (199 cal)
ACOMPANIAMIENTOS	Arroz graneado (172 cal)		c/ Longanicilla de campo (123 cal)	Pure de papas (291 cal)	Arroz graneado (172 cal)
POSTRE	Duraznos al Jugo (113 cal) Jalea (49 cal) Fruta Natural (35 cal)	Maicena con ssa frambuesa (93 cal) Jalea (49 cal) Fruta Natural (35 cal)	Leche asada (82 cal) Jalea (49 cal) Fruta Natural (35 cal)	Flan de Lúcumá (56 cal) Jalea (49 cal) Fruta Natural (35 cal)	Postre de Manzana (79 cal) Jalea (49 cal) Fruta Natural (35 cal)
Menú Hipocalorico					
ENTRADA	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)
PLATO DE FONDO	Budín Espinaca/champiñon (193 cal)	Ensalada Jamón/Palta (296 cal)	Filetillo a las finas hierbas (162 cal)	Budín de Zapallito (193 cal)	Carne al Jugo (175 cal)
ACOMPANIAMIENTOS	c/ ensalada surtida (83 cal)		c/ ensalada surtida (83 cal)	Papas cocidas (71 cal)	Cous Cous (177 cal)
Menú Vegetariano					
ENTRADA	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)
PLATO DE FONDO	Croquetas de Verdura (115 cal)	Lasaña Boloñesa (451 cal)	Porotos guisados (449 cal)	Budín de Zapallito (193 cal)	Hamburguesa de Soya (125 cal)
ACOMPANIAMIENTOS	Arroz graneado (172 cal)			Pure de papas (291 cal)	Arroz graneado (172 cal)
	LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
Menú Básico					
ENTRADA	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)
PLATO DE FONDO	Pastel de Papas (387 cal)	Lentejas Guisadas (293 cal)	Pescado al Horno (105 cal)	Pastas (187 calorías)	Pollo Apanado (cal)
ACOMPANIAMIENTOS		Queso Rallado (32 cal) Salchichas asadas (88 cal)	Arroz Graneado (172 cal)	Salsa Boloñesa (164 cal) Salsa Bontue (132 cal)	Papas doradas (187 cal)
POSTRE	mousse de chocolate (56 cal) Fruta Natural (35 cal) Jalea (49 cal)	Arroz con leche (108 cal) Jalea (49 cal) Fruta Natural (35 cal)	Compota Merengue (93 cal) Jalea (49 cal) Fruta Natural (35 cal)	Flan de Chocolate (56 cal) Jalea (49 cal) Fruta Natural (35 cal)	Brazo de Reina Jalea (49 cal) Fruta Natural (35 cal)
Menú Hipocalorico					
ENTRADA	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)
PLATO DE FONDO	Vegetariano Quesillo (428 cal)	Chapsui de Pollo (296 cal)	Pescado al Horno (105 cal)	Ensalada César (295 cal)	Tortilla de Verduras (172 cal)
ACOMPANIAMIENTOS			Coliflor a la mantequilla (179 cal)		c/ ensalada del día
Menú Vegetariano					
ENTRADA	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)
PLATO DE FONDO	Pastel de Papas (387 cal)	Lentejas Guisadas (293 cal)	Tortilla verduras (172 cal)	Pastas (187 calorías)	Tortilla de Verduras (172 cal)
ACOMPANIAMIENTOS		Queso Rallado (32 cal)	Arroz Graneado (172 cal)	Salsa Boloñesa (164 cal)	Papas doradas (187 cal)

	LUNES 16	MARTES 17	MIERCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Menú Básico					
ENTRADA	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)
PLATO DE FONDO	Pastas (187 calorías)	Pulpa de Cerdo (273 cal)	Carbonada (267 cal)	Asado Alemán (189 cal)	Chapsui de Pollo (296 cal)
ACOMPAÑAMIENTOS	Salsa Boloñesa (164 cal) Salsa Alfredo (182 cal)	Puré de Papas (291 cal)		Arroz graneado (172 cal)	Papas Fritas (269 cal)
POSTRE	Mousse de Chocolate (56 cal) Jalea (49 cal) Fruta Natural (35 cal)	Sémola c/ ssa. Frambuesa (97 cal) Jalea (49 cal) Fruta Natural (35 cal)	Leche Nevada (56 cal) Jalea (49 cal) Fruta Natural (35 cal)	Avena con leche (108 cal) Jalea (49 cal) Fruta Natural (35 cal)	Pie de Limón (231 cal) Jalea (49 cal) Fruta Natural (35 cal)
Menú Hipocalorico					
ENTRADA	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)
PLATO DE FONDO	Pascualina Pollo/Espinaca (211 cal)	Vegetariano Huevo (273 cal)	Tortilla Zanahoria (172 cal)	Hamburguesa casera (115 cal)	Chapsui de Pollo (296 cal)
ACOMPAÑAMIENTOS			c/ tomate (67 cal)	Acelgas salteadas (99 cal)	
Menú Vegetariano					
ENTRADA	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)
PLATO DE FONDO	Pastas (187 calorías)	Croqueta de Verdura (115 cal)	Carbonada (267 cal)	Acelgas salteadas (99 cal)	Chapsui de Verduras (127 cal)
ACOMPAÑAMIENTOS	Salsa Boloñesa (164 cal)	Puré de Papas (291 cal)		Arroz graneado (172 cal)	Papas Fritas (269 cal)

	LUNES 23	MARTES 24	MIERCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
Menú Básico					
ENTRADA	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)
PLATO DE FONDO	Pollo Asado (148 cal)	Vacuno a la Olla (175 cal)	Charquicán (298 cal)	Porotos Guisados (449 cal)	Pastas (187 calorías)
ACOMPAÑAMIENTOS	Arroz graneado (172 cal)	Papas doradas (187 cal)		Chorizo (125 cal)	Salsa Boloñesa (164 cal)
POSTRE	Mousse de Vainilla (56 cal) Fruta Natural (35 cal) Jalea (49 cal)	Leche asada (82 cal) Jalea (49 cal) Fruta Natural (35 cal)	Flan de Lúcumá (56 cal) Jalea (49 cal) Fruta Natural (35 cal)	Leche Nevada (56 cal) Jalea (49 cal) Fruta Natural (35 cal)	Brownie Chocolate (462 cal) Jalea (49 cal) Fruta Natural (35 cal)
Menú Hipocalorico					
ENTRADA	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)
PLATO DE FONDO	Pollo Asado (148 cal)	Vacuno a la Olla (175 cal)	Tortilla de Zanahoria (172 cal)	Hamburguesas caseras (115 cal)	Zapallito Relleno (112 cal)
ACOMPAÑAMIENTOS	Cous Cous (177 cal)	Espinacas Salteadas (99 cal)	Ensalada surtida (79 cal)	Ensaladas surtidas (79 cal)	
Menú Vegetariano					
ENTRADA	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)	Salad Bar (83 cal)
PLATO DE FONDO	hamburguesa de soya (112 cal)	Huevo frito (115 cal)	Pure de papas (291 cal)	Porotos Guisados (449 cal)	Zapallito Relleno (112 cal)
ACOMPAÑAMIENTOS	Arroz graneado (172 cal)	Papas doradas (187 cal)	Acelgas Salteadas (99 cal)		Arroz graneado (172 cal)

	LUNES 30
Menú Básico	
ENTRADA	Salad Bar (83 cal)
PLATO DE FONDO	Merluza Apaada (115 cal)
ACOMPAÑAMIENTOS	Arroz graneado (172 cal)
POSTRE	Bavarois de piña (56 cal) Fruta Natural (35 cal) Jalea (49 cal)
Menú Hipocalorico	
ENTRADA	Salad Bar (83 cal)
PLATO DE FONDO	Veg. quesillo (428 cal)
ACOMPAÑAMIENTOS	
Menú Vegetariano	
ENTRADA	Salad Bar (83 cal)
PLATO DE FONDO	Croq. de Verduras (115 cal)
ACOMPAÑAMIENTOS	Arroz graneado (172 cal)

FORMAS DE PAGO

- * CHEQUE NOMINATIVO A MACARENA FERNANDEZ O EFECTIVO
- * TRANSFERENCIA A 0410419510 DEL BANCO DE CHILE RUT 7.032.713-9
CONFIRMAR A casinoingles@gmail.com
- * SE RECUERDA QUE EL SERVICIO SE PAGA POR MES ANTICIPADO DENTRO DE LOS 5 PRIMEROS DIAS DE CADA MES.
- * PARA REEMBOLSO DE ALMUERZO AL MES SIGUIENTE SE DEBE DAR AVISO ANTES DE LAS 10 AM, DE LO CONTRARIO SE DARA POR CONSUMIDO EL ALMUERZO