

SEMANA 1					
OPCIONES	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES 1/10	VIERNES 2/10
SOPA				Crema de pollo	Consomé de vacuno
ENSALADA				Apio con choclo	Brócoli
				Lechuga	Repollo morado
				Tomate	Lechuga
PRINCIPAL 1				Boloñesa de vacuno con espirales al orégano	Cancato de merluza con arroz graneado
PRINCIPAL 2				Pollo asado con papas al gratín	Lomo de cerdo asado con verduras salteadas
HIPOCALORICO				Salpicón de pollo	Lomo de cerdo con ensalada surtida
VEGETARIANO				Hamburguesa de soya con tortilla de verduras	Bowl salad de quinoa
POSTRE				Jalea de piña	Macedonia
				Carlota de limón	Jalea de guinda
				Durazno al jugo	Queque mármol
				Merengón de café	Fruta natural
				Fruta natural	Sémola con leche

SEMANA 2					
OPCIONES	LUNES 5/10	MARTES 6/10	MIÉRCOLES 7/10	JUEVES 8/10	VIERNES 9/10
SOPA	Crema de verduras	Sopa de avena	Crema de champiñones	Consomé al huevo	Crema de choclo
ENSALADA	Lechuga	Apio	Pepino	Ensalada de porotos negros	Lechuga
	Mix de repollo	Lechuga	Brócoli con coliflor	Lechuga	Apio con choclo
	Zanahoria con zapallito	Betarraga con sésamo	Lechuga	Tomate	Zanahoria
PRINCIPAL 1	Goulash de vacuno con corbatitas a la mantequilla	Pescado frito con arroz sol	Asado de vacuno a la olla con papas doradas	Pizza napolitana	Cazuela de pollo
PRINCIPAL 2	Chorizo con lentejas a la pamesana	Pollo al jugo con chapsui de verduras	Longaniza con porotos granados	Cerdo a la mostaza con budín de verduras	Pastel de papa (vacuno)
HIPOCALORICO	Huevo relleno con ensalada surtida	Ensalada cesar de pollo	Zapallitos italianos rellenos	Omelette de espinaca con ensalada surtida	Bowl salad de atún
VEGETARIANO	Boloñesa de soya con corbatitas al orégano	Fritos de berenjena con arroz sol	Zapallitos rellenos con soya	Pizza vegetariana	Pastel de papa vegetariano
POSTRE	Jalea de frutilla	Fruta natural	Mote con huesillo	Durazno al jugo	Flan de vainilla
	Fruta natural	Jalea bicolor	Fruta natural	Brownie	Queque de vainilla
	Queque de naranja	Pie de limón	Jalea de limón	Fruta natural	Macedonia
	Piña al jugo	Tutti frutti	Torta tres leches	Jalea mosaico	Fruta natural
	Flan de chocolate	Natilla de tres leches	Arroz con leche	Suspiro limeño	Jalea

SEMANA 3					
OPCIONES	LUNES 12/10	MARTES 13/10	MIERCOLES 14/10	JUEVES 15/10	VIERNES 16/10
SOPA	FERIADO	Crema de verduras	Consomé de pollo	Crema de tomate	DIA DEL PROFESOR
ENSALADA		Mix de repollo	Tomate	Choclo	
		Lechuga	Apio con zanahoria	Lechuga	
		Betarraga a la chilena	Lechuga	Brócoli con sésamo	
PRINCIPAL 1		Cerdo al jugo con papas al gratín	Huevo frito con guiso de arvejitas	Pollo crispy con papas fritas	
PRINCIPAL 2		Pollo asado con budín de verduras	Ropa vieja con espirales al orégano	Merluza al horno con verduras salteadas	
HIPOCALORICO		Fajitas de pollo	Omelette de jamón con ensalada surtida	Tomate relleno en cama de lechuga	
VEGETARIANO		Huevo frito con budín de verduras	Guiso de arvejitas	Hamburguesas de soya con papas fritas	
POSTRE		Jalea de guinda	Jalea bicolor	Jalea de piña	
		Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural	
		Compota de manzana	Macedonia	Tutti frutti	
		Carolín cacao	Merengón de chocolate	Sémola con leche	
	Kuchen de fruta	Galletón de avena	Queque mármol		

SEMANA 4					
OPCIONES	LUNES 19/10	MARTES 20/10	MIÉRCOLES 21/10	JUEVES 22/10	VIERNES 23/10
SOPA	Crema de choclo	Sopa de avena	Consomé de vacuno	Crema de espárragos	Consomé de cerdo
ENSALADA	Lechuga	Mix de repollo	Pepino	Acelga con choclo	Lechuga
	Tomate	Lechuga	Betarraga con perejil	Lechuga	Repollo blanco
	Zanahoria rallada	Apio	Lechuga	Ensalada a la chilena	Espinaca con zanahoria
PRINCIPAL 1	Goulash de vacuno con espirales al perejil	Pescado a la chorrillana con arroz blanco	Longaniza con guiso de garbanzos	Hamburguesa lechuga tomate con papas fritas	Huevo frito con charquicán
PRINCIPAL 2	Vienesas con lentejas a la parmesana	Cerdo asado con fricassé de verduras	Milanesa de pollo con ensalada de papas	Cazuela de cerdo	Croqueta de pescado con panaché de verduras
HIPOCALORICO	Bowl salad de pollo	Cerdo asado con ensalada surtida	Cornet de jamón con ensalada surtida	Niños envueltos	Bowl salad de huevo
VEGETARIANO	Lentejas a la parmesana	Croqueta de soya con fricassé de verduras	Guiso de garbanzos	Hamburguesa vegetariana con papas fritas	Charquicán vegetariano
POSTRE	Jalea de limón	Jalea bicolor	Jalea de frambuesa	Jalea de manzana	Jalea ilusión
	Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural
	Ciruelas con mote	Peras Astoria	Manzanas gratinadas	Duraznos al jugo	Tiramisú
	Queque de yogurt	Sémola bicolor	Natilla con salsa	Flan bicolor	Macedonia
	Flan de vainilla	Brazo de reina	Brownie con frutos secos	Kuchen de frutas	Leche nevada

SEMANA 5					
OPCIONES	LUNES 26/10	MARTES 27/10	MIÉRCOLES 28/10	JUEVES 29/10	VIERNES 30/10
SOPA	Crema de tomate	Consomé de pollo	Sopa juliana	Consomé al huevo	Crema de choclo
ENSALADA	Lechuga	Espinaca	Tomate a la chilena	Acelga con choclo	Lechuga
	Choclo con zanahoria	Lechuga	Mix de repollo	Lechuga	Brócoli con sésamo
	Pepino	Apio con aceitunas	Lechuga	Betarraga con cilantro	Zanahoria rallada
PRINCIPAL 1	Chow mein de pollo con spaguetti	Goulash de cerdo con arroz árabe	Chorizo con porotos con mote	Cerdo al jugo con verduras glaseadas	Estofado de pollo
PRINCIPAL 2	Garbanzos a la madrileña	Merluza napolitana con papas rusticas	Asado de vacuno con chapsui de verduras	Chorrillana mixta	Vacuno saltado con spaghetti al aglio
HIPOCALORICO	Tortilla de acelga con ensalada surtida	Omelette de verduras con ensalada surtida	Bowl salad de pollo	Bowl salad de atún	Salpicón de pollo y verduras
VEGETARIANO	Guiso de garbanzos	Croqueta de soya con arroz árabe	Porotos con mote	Chorrillana vegetariana	Estofado de verduras
POSTRE	Jalea de piña	Jalea ilusión	Jalea de frutilla	Jalea mármol	Jalea de durazno
	Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural
	Duraznos al jugo	Compota de manzana	Tutti frutti	Carlota de limón	Flan de chocolate
	Queque de limon	Podrige de avena	Natilla con salsa	Arroz con leche	Ciruelas al jugo
	Flan de caramelo	Maicena bicolor	Queque con manjar	Macedonia	Queque mármol