

# ANDRÉE ENGLISH SCHOOL

## Mayo 2024

### LUNES

### MARTES

### MIÉRCOLES

### JUEVES

### VIERNES

#### Feriado

#### 01



- Lechuga Escarola
- Mix Cuatro Estaciones Chilena
- Espinaca
- Sopa de Verduras con Huevo
- Lomito Cerdo Asado
- Porotos Granados al Pilco
- Arroz Graneado
- Pollo con Fideos
- Ensalada con Huevo Reina
- Macedonia de Otoño
- Jalea Diet
- Helado Centella

#### 02

- Lechuga Escarola
- Zanahoria con Sésamo
- Coles Slow Morado
- Ceviche de Porotos Negros
- Crema de Cebolla
- Papas Rellenas con Queso
- Charquican de Verduras con Huevo Rallado
- Pollo con Arroz
- Ensalada Nicoise (Atún)
- Ensalada de Frutas
- Jalea Diet
- Cocadas

#### 03

- Lechuga Escarola
- Espinaca Crutones
- Repollo Blanco con Pimiento Rojo
- Betarraga Rallada
- Sopa de Carne Semola
- Pechuga de Ave Napolitano
- Carbonada Vegana
- Espirales a la Mantequilla
- Pollo con Arroz
- Ensalada Mediterranea con Quinoa y Queso Fresco
- Uva
- Jalea Light Piña
- Bavarois de Frambuesa

#### 06

- Lechuga Escarola
- Mix Tradición
- Apio con Naranja
- Cochayuyo con Cebolla
- Crema de Verduras
- Merluza/Varitas de Pescado
- Garbanzos Guisados con Lluvia de Huevo
- Puré de Papas a la Crema
- Pollo con Papas
- Ensalada Thai
- Compota Pera con Frutilla
- Jalea Light Limon
- Profiteroles con Pastelera

#### 07

- Lechuga Escarola
- Tomate con Arvejita
- Zanahoria Rallada
- Mix de Repollo
- Sopa de Caracolititos con Huevo
- Lomito de Cerdo
- Tortilla Zanahoria Almendras
- Arroz Perla
- Mix Coles al Gratin
- Pollo con Arroz
- Tomate Relleno Atun y Ensaladas
- Ensalada Fruta de Otoño
- Jalea Light Frambuesa
- Sémola con Leche con Caramelo

#### 08

- Lechuga Escarola
- Acelga Crutones
- Betarraga Rallada
- Ceviche de Mote
- Crema de Zanahoria al Curry
- Salsa Alfredo
- Porotos Guisados con Carne Vegetal
- Spaghetitis
- Pollo con Papas
- Ensalada con Jamon de Pavo
- Durazno al Jugo
- Jalea Light Guinda
- Queque de Vainilla con Azucar Flor

#### 09

- Lechuga Escarola
- Tomate Rodaja
- Insalatta
- Cous Cous con Verduras
- Sopa de Verduras con Fideos
- Sand. Hamburguesa Casera
- Estofado de Alcachofas
- Guacamole
- Pollo con Fideos
- Salpicon con Huevo
- Macedonia de Otoño
- Jalea Light Naranja
- Suspiro Limeño

#### 10

- Lechuga Escarola
- Apio
- Betarraga Rallada
- Zanahoria con Perejil
- Crema de Zapallo
- Lomito Cerdo
- Tortilla Choclo Queso
- Arroz Graneado
- Panaché de Verduras
- Pollo con Arroz
- Ensalada Griega
- Fruta Natural
- Jalea Light Naranja
- Bavarois de Guinda

#### 13

- Lechuga Escarola
- Espinaca con Sésamo
- Chilena
- Quinoa con Verduras
- Sopa de Carne con Verduras
- Pechuga de Ave al Jugo
- Lentejas Guisadas con Carne de Soya
- Quifaros al Oliva
- Pollo con Papas
- Ensalada Naturista con Huevo
- Macedonia de Otoño
- Jalea Light Guinda
- Leche Nevada

#### 14

- Lechuga Escarola
- Coles Slow
- Pepino con Yogurt y Cilantro
- Insalatta
- Crema de Espinaca
- Merluza/Varitas de Merluza
- Humita en Olla
- Puré de Papas
- Pebre de Tomates
- Pollo con Fideos
- Salpicon de Verduras con Pollo
- Compota de Ciruelas con Mote
- Jalea Light Limon
- Brazo de Reina

#### 15

- Lechuga Escarola
- Mix Tradición
- Apio con Choclo
- Verduras Chinas
- Sopa de Pollo con Sémola
- Salsa Boloñesa
- Tortilla de Espárragos
- Spaguetitis
- Ratatouille
- Pollo con Arroz
- Hamburguesa de Lentejas con Ensaladas
- Fruta de Otoño
- Jalea Light Frambuesa
- Flan de Caramelo

#### 16

- Lechuga Escarola
- Mix Repollo
- Tomate
- Hummus de Garbanzo
- Crema de Cebolla
- Filetitos de Ave Apanados
- Porotos con Mazamorra
- Arroz Perla
- Pollo con Papas
- Ensalada Cesar de Atún
- Compota de Pera con Frutilla
- Jalea Light Piña
- Helado Centella

#### 17

- Vacaciones Otoño

#### 20

- Feriado

#### 21

- Vacaciones Otoño

#### 22

- Vacaciones Otoño

#### 23

- Vacaciones Otoño

#### 24

- Lechuga Escarola
- Espinaca Crutones
- Repollo Blanco con Rabanito
- Zanahoria Rallada
- Crema de Verduras
- Carne Mongoliana
- Omelette Jamon Queso
- Arroz Perla
- Verduras Asadas
- Pollo con Papas
- Ensalada Cesar con Pollo
- Fruta Natural de Otoño
- Jalea Diet Guinda
- Yogurth Vainilla con Avena y Pasas

#### 27

- Lechuga Escarola
- Mix Repollo
- Tomate con Diente de Dragon
- Habas con Cebolla y Cilantro
- Sopa de Carne con Fideos
- Pechuga de Ave a la Plancha
- Lentejas Guisadas con Carne Soya (Vegano)
- Mostacioli al Pomodoro
- Pollo con Arroz
- Croquetas de Verduras con Avena
- Macedonia de Otoño
- Jalea Diet Otoño
- Tartaleta de Durazno

#### 28

- Lechuga Escarola
- Cous Cous con Verduras
- Betarraga
- Pepino con Salsa Ciboulette
- Crema de Zapallo
- Varitas de Merluza/Merluza Menier
- Estofado de Palmitos
- Puré de Papas
- Pollo con Papa
- Ensalada Arabe
- Compota de Manzana
- Jalea Diet Frambuesa
- Mousse de Frutilla

#### 29

- Lechuga Escarola
- Mix Cuatro Estaciones
- P. Verdes con Cebolla Pluma y Cilantro
- Acelga con Huevo
- Sopa de Verduras con Huevo
- Lomito de Cerdo Asado
- Porotos Granados al Pilco
- Mostacioli al Arroz Graneado
- Pollo con Fideos
- Ensalada con Huevo Reina
- Macedonia de Otoño
- Jalea Diet
- Cocadas

#### 30

- Lechuga Escarola
- Zanahoria con Sésamo
- Coles Slow Morado
- Ceviche de P. Negros
- Crema de Cebolla
- Pizza Napolitana
- Charquican de Verduras con Huevo Rallado
- Pollo con Arroz
- Ensalada Nicoise (Atún)
- Ensalada de frutas
- Jalea Diet
- Helado Palito

#### 31

En el mes del deporte, Actívatelo con estos tips:

·Elige una actividad física que disfrutes, de esta forma te motivaras a realizarla por un largo tiempo.

·Si no cuentas con tiempo para ejercitarte, puedes realizar cambios simples en tu rutina, como preferir escaleras, hacer aseo enérgicamente, etc.

·Todos nuestros alimentos son sin sellos.

#### ICONOGRAFÍA DE ALIMENTOS



SALAD BAR



SOPA O CREMA



PLATOS DE FONDO



ACOMPAÑAMIENTOS



DIETA



MENÚ LIGHT



POSTRE

\*Menú sujeto a cambios según stock y distribución de materias primas.

VALOR ALMUERZO: \$4.926

CONTACTO CASINO

Administrador: Ursula Gajardo

Correo: gajardo-ursula@aramark.cl

Telefono: +569 6611 6162

aramark