

ANDRÉE ENGLISH SCHOOL

Octubre 2024

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

- Lechuga Escarola
Tomate con Cebolla Pluma
Betarraga
Apio con Aceituna
- Sopa de Carne con Sémola y Huevo
- Varitas de Merluza/Merluza Menier
Lentejas Guisadas con Proteína Soya
- Pure
- Pollo con Arroz
- Ensalada Huevo Reina
- Macedonia de Primavera
Jalea Diet
Sémola con Leche

02

- Lechuga Escarola
Mix Porotos
Pepino con Salsa de Yogurt
Repollo Blanco con Cilantro
- Crema de Verduras
- Salsa Alfredo
Escalopa de Quesillo
- Espaguetis
Panaché de Verduras
- Pollo con Fideos
- Ensalada Cesar con Pollo
- Frutas Primavera
Jalea Diet
Torta Casera

03

- Lechuga Escarola
Mix Cuatro Estaciones
Fideos Primavera
Acelga con Crutones
- Sopa de Verduras con Huevo
- Lomito Cerdo Mongoliano
Omelette Esparrago Queso
- Arroz Perla
Jardinera de Verduras
- Pollo con Arroz
- Torta de Panqueques con Verduras
- Compota Mixta
Jalea Diet
Mousse de Frambuesa

04

- Lechuga Escarola
Zanahoria Juliana Sésamo
Betarraga Entera
Cebolla Pluma con Cilantro
- Crema de Apio
- Papa Rellena con Queso
Garbanzos Guisados
- Huevo Rallado
- Pollo con Papa
- Ensalada Nicoise
- Macedonia de Primavera
Jalea Diet
Helado Palito

07

- Lechuga Escarola
Espinaca con Crutones
Mix Repollos
Zanahoria Rallada
- Sopa de Carne con Fideos
- Lomo de Cerdo Asado
Charquicán de Verduras con Huevo Rallado
- Arroz
- Pollo con Arroz
- Ensalada Mediterránea Q. Fresco y Quinoa
- Fruta Natural
Jalea Light
Bavarois de Frutilla

08

- Lechuga Escarola
Mix Cuatro Estaciones
Chilena
Zapallo Italiano Juliana
- Crema de Zanahoria
- Salsa Boloñesa
Porotos Granados con Mazamorra
- Espirales
- Pollo con Fideos
- Ensalada Naturista con Huevo y Espárragos
- Macedonia de Primavera
Jalea Light
Leche Nevada

09

- Lechuga Escarola
Coles Slow
Zanahoria Rallada con Cilantro
Apio con Aceitunas
- Sopa de Caracolitos
- Merluza al Horno/Varita de Pescado
Tortilla de Porotos Verdes
- Pure de Papas a la Crema
Verduras a la Mantequilla
- Pollo con Papas
- Ensalada Jardín con Pollo
- Naranja con Azúcar Flor
Jalea Light
Torta de Yogurt

10

- Lechuga Escarola
Mix Tradición
Zanahoria Rallada
Betarraga
- Crema de Champiñones
- Filetitos de Ave Arvejados
Lentejas Guisadas
- Arroz Perla
- Pollo con Arroz
- Ensalada Cesar de Atún
- Fruta de Primavera
Jalea Light
Flan Vainilla con Salsa Caramelo

11

- Lechuga Escarola
Repollo Morado
Acelga con Crutones
Mix de Lechugas
- Sopa de Pollo con Sémola
- Pizza Napolitana
Estofado de Fondo de Alcachofa
- Pollo con Fideos
- Salpicón de Pollo
- Fruta Natural de Primavera
Jalea Light
Queque Mármol

14

- Lechuga Escarola
- Sopa de Carne con Fideos
- Lomo de Cerdo Asado
Charquicán de Verduras con Huevo Rallado
- Arroz
- Pollo con Arroz
- Ensalada Mediterránea Q. Fresco y Quinoa
- Fruta Natural
Jalea Light
Bavarois de Frutilla

15

- Lechuga Escarola
Pepino con Yogurt
Betarraga Rallada
Verduras Chinas
- Sopa de Pollo con Sémola
- Lomito de Cerdo al Jugo
Porotos a la chilena
- Arroz Perla
Proteína de Soya
- Pollo con Arroz
- Ensalada Thai
- Macedonia de Primavera
Jalea Light
Suspiro Limeño

16

- Lechuga Escarola
Apio con Naranja
Cebolla con Cilantro
Cous Cous con Verduras
- Crema Zapallo
- Merluza/Varitas de Pescado
Tortilla Choclo/Queso
- Pure de Papas
Zapallos Italianos Salteados
- Pollo con Papas
- Ensalada Jamón Queso
- Compota de Manzana
Jalea Light
Bavarois de Frutilla

17

- Lechuga Escarola
Mix Repollo
Chilena
Pebre de Mote
- Sopa de Caracolitos
- Carne al Jugo
Lentejas Guisadas
- Espirales
Huevo Rallado
- Pollo con Fideos
- Ensalada Naturista con Queso Chacra
- Ensalada Fruta de Primavera
Jalea Light
Queque de Vainilla

18

- Lechuga Escarola
Pepino con Yogurt
Betarraga
Zanahoria con Perejil
- Crema de Champiñones
- Pollo Apanado
Canelones de Verduras
- Arroz Graneado
- Pollo con Arroz
- Naturista con Huevo Palmitos
- Macedonia de Primavera
Jalea Light
Helado Palito

21

- Lechuga Escarola
Repollo Morado
Espinaca
Zanahoria Rallada
- Sopa de Pastinas con Huevo
- Cerdo al Romero
Estofado de Alcachofa
- Arroz Graneado
- Pollo con Arroz
- Ensalada Alfredo con Cous Cous
- Fruta de Primavera
Jalea Diet
Mousse de Frambuesa

22

- Lechuga Escarola
Tomate con Cebolla Pluma
Betarraga
Porotos Negros
- Crema de Verduras
- Pechuga de Ave Arvejada
Lentejas Guisadas con Huevo Rallado
- Puré de Papas
- Pollo con Papas
- Ensalada Torta Panqueque
- Macedonia de Primavera
Jalea Diet
Queque de Zanahoria

23

- Lechuga Escarola
Mix de Repollos
Betarraga
Porotos Frios
- Consomé de Ave
- Varitas de Pescado/Merluza Vizcaina
Tortilla de Espinaca y Zanahoria
- Espirales
Verduras con Cous Cous
- Pollo con Fideos
- Ensalada Tomate Relleno con Pollo
- Compota de Manzana
Jalea Diet
Leche Nevada

24

- Lechuga Escarola
- Sopa de Carne con Fideos
- Lomo de Cerdo Asado
Charquicán de Verduras con Huevo Rallado
- Arroz
- Pollo con Arroz
- Ensalada Mediterránea Q. Fresco y Quinoa
- Fruta Natural
Jalea Light
Bavarois de Frutilla

25

- Lechuga Escarola
- Sopa de Carne con Fideos
- Lomo de Cerdo Asado
Charquicán de Verduras con Huevo Rallado
- Arroz
- Pollo con Arroz
- Ensalada Mediterránea Q. Fresco y Quinoa
- Fruta Natural
Jalea Light
Bavarois de Frutilla

28

- Lechuga Escarola
- Sopa de Carne con Fideos
- Lomo de Cerdo Asado
Charquicán de Verduras con Huevo Rallado
- Arroz
- Pollo con Arroz
- Ensalada Mediterránea Q. Fresco y Quinoa
- Fruta Natural
Jalea Light
Bavarois de Frutilla

29

- Lechuga Escarola
Tomate con Cebolla Pluma
Betarraga
Porotos Negros
- Sopa de Carne con Sémola y Huevo
- Varitas de Merluza/Merluza Menier
Lentejas Guisadas con Proteína de Soya
- Arroz Graneado
- Pollo con Arroz
- Ensalada Huevo Reina
- Macedonia de Primavera
Jalea Diet
Sémola con Leche

30

- Lechuga Escarola
Apio con Rabanitos
Repollo Blanco con Cilantro
Pepino con Salsa de Yogurt y Orégano
- Crema de Verduras
- Salsa Alfredo
Escalopa de Quesillo
- Espaguetis
Panaché de Verduras
- Pollo con Fideos
- Ensalada Cesar con Pollo
- Ensalada Frutas de Primavera
Jalea diet
Tarta de Piña Casera

31

- Lechuga Escarola
- Sopa de Carne con Fideos
- Lomo de Cerdo Asado
Charquicán de Verduras con Huevo Rallado
- Arroz
- Pollo con Arroz
- Ensalada Mediterránea Q. Fresco y Quinoa
- Fruta Natural
Jalea Light
Bavarois de Frutilla

En el mes del deporte, Actívate 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 energícamente, etc.

Todos nuestros alimentos son sin sellos.

ICONOGRAFÍA DE ALIMENTOS



SALAD BAR



SOPA O CREMA



PLATOS DE FONDO



ACOMPANIAMIENTOS



DIETA



MENÚ LIGHT



POSTRE

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

VALOR ALMUERZO: \$5.046

CONTACTO CASINO

Administrador: Ursula Gajardo

Correo: gajardo-ursula@aramark.cl

Telefono: +569 6611 6162

