

# ANDRÉE ENGLISH SCHOOL

## Diciembre 2024

### LUNES

**02**

- Lechuga Escarola
- Espinaca con Crutones
- Repollo Morado
- Pebre de Mote
- Crema de Zapallo
- Salsa Boloñesa
- Omelette Chacarero
- Spaguettis
- Jardinera de Verduras
- Pollo con Papas
- Ensalada Arabe
- Macedonia de Primavera
- Jalea Light
- Helado Palito

### MARTES

**03**

- Lechuga Escarola
- Tomate con Cebolla Pluma
- Betarraga Cubo
- Apio con Manzana
- Sopa de Carne con Fideos
- Varitas de Merluza/Merluza Menier
- Garbanzos Guisados
- Arroz Graneado
- Proteina de Soya
- Pollo con Arroz
- Ensalada Huevo Reina
- Naranja Alegre
- Jalea Light
- Sémola con Leche

### MIÉRCOLES

**04**

- Lechuga Escarola
- Insalata
- Pepino con Orégano
- Repollo Blanco Cilantro
- Crema de Verduras
- Tomatitan de Carne
- Tortilla Choclo Queso
- Pure de Papas
- Verduras Asadas
- Pollo con Papas
- Croquetas de Avena con Ensalada Naturista
- Compota Ciruelas con Mote
- Jalea Diet
- Bavarois de Durazno

### JUEVES

**05**

- Lechuga Escarola
- Mix 4 Estaciones
- Acelga
- Diente de Dragón con Choclo
- Sopa de Verduras con Huevo
- Lomito de Cerdo Mongoliano
- Lentejas Guisadas
- Arroz Perla
- Lluvia de Huevos
- Pollo con Arroz
- Torta de Panqueques
- Macedonia de Primavera
- Jalea Diet
- Queque con Chispas de Chocolate

### VIERNES

**06**

- Lechuga Escarola
- Zanahoria Juliana Sésamo
- Betarraga Entera
- Pebre de Mote
- Crema de Tomates
- Filetitos de Ave Apanados Ketchup sin Sellos
- Carbonada Vegana
- Pure de Papas
- Pollo con Fideos
- Ensalada Nicoise (Atún)
- Ensalada de Frutas
- Jalea Diet
- Maicena con Salsa Caramelo

**09**

- Lechuga Escarola
- Mix 4 Estaciones
- Mix de Zanahoria, Repollo Blanco y Cilantro
- Zapallo Italiano Juliana
- Sopa de Carne con Fideos
- Lomito de Cerdo Asado
- Charquican de Verduras con Huevo Rallado
- Arroz con Choclo
- Pollo con Arroz
- Ensalada Mediterranea
- Queso Fresco y Quinoa
- Ensalada Fruta de Primavera
- Jalea Light
- Yogurt con Cereal ss

**10**

- Lechuga Escarola
- Espinaca
- Pebre Tomate
- Apio con Manzana
- Crema de Zanahoria
- Salsa Alfredo
- Porotos Granados con Mazamorra
- Espirales
- Pollo con Fideos
- Ensalada Naturista con Huevo y Espárragos
- Macedonia de Primavera
- Jalea Light
- Suspiro Limeño

**11**

- Lechuga Escarola
- Zanahoria Rallada
- Acelga con Pimientos Rojos
- Repollo Morado con Cilantro
- Sopa de Verduras Natural
- Merluza al Jugo/Varitas de Pescado
- Tortilla de Porotos Verdes
- Puré de Papas a la Crema
- Verduras Asadas
- Pollo con Arroz
- Quiche de Cebolla con Ensalada Naturista
- Naranja Natural
- Jalea Light
- Torta de Yogurt

**12**

- Lechuga Escarola
- Mix Tradición
- Choclo con Zapallo Italiano
- Betarraga Cubo
- Crema de Champiñones
- Filetitos de Ave al Jugo
- Lentejas a la Parmesana
- Arroz Perla
- Proteina Soya
- Pollo con Papa
- Ensalada César de Atún
- Compota Pera con Frutilla
- Jalea Light
- Flan de Caramelo con Salsa Caramelo

**13**

- Lechuga Escarola
- Apio con Pimientos
- Coles Slow
- Espinaca
- Sopa de Pollo con Sémola
- Pizza Napolitana
- Humita en Olla con Pebre
- Pollo con Fideos
- Salpicón de Pollo
- Macedonia de Primavera
- Jalea Light
- Helado Palito

**16**

**17**

**18**

**19**

**20**

**23**

**24**

**25**

**26**

**27**

**30**

**31**

En el mes del deporte, Actívalo 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



\*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

aramark