COLEGIO ANDREE

Octubre 2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		01 Lechuga Escarola Apio con Aceitunas Pepino con Salsa Yogurt y Orégano Repollo Morado con Cilantro Crema de Verduras Varitas de Merluza / Merluza Menier Tortilla Esparrago Queso Pure de Papas Panaché de Verduras Pollo con Arroz Cesar con Pollo Ensalada de Frutas Primavera Jalea Light Bavarois Frambuesa	**02** Lechuga Escarola Mix 4 Estaciones Fideos Primavera Acelga con Crutones Sopa de Verduras con Huevo Lomito de Cerdo Mongoliano Garbanzos Guisados Arroz Perla Pollo con Papas Torta de Panqueques con Verduras con Huevo Duro Compota Mixta Jalea Light Tarta de Piña Casera	**03** Lechuga Escarola Zanahoria Juliana Sésamo Betarraga Rallada Cebolla Cilantro Crema de Apio Crocante de Pollo Charquican de Verduras Pure de Papas Pollo con Arroz Ensalada Nicoise (Atún) Macedonia de Primavera Jalea Light Helado Palito
06 Lechuga Escarola Espinaca con Crutones Mix Repollos Zanahoria Rallada Sopa de Carne con Fideos Lomito de Cerdo Asado Canelones de Verduras Arroz Pollo con Fideos Ensalada Mediterranea Queso Fresco y Cous Cous Fruta Natural Jalea Light Queque Marmol	**07** Lechuga Escarola Mix Cuatro Estaciones Ensalada Chilena Zapallo Italiano Juliana Crema de Zanahoria Salsa Boloñesa Porotos Granados con Mazamorra Espirales Pollo con Arroz Ensalada Naturista con Huevo y Esparragos Macedonia de Primavera Jalea Light Leche Nevada	**08** Lechuga Escarola Betarraga Apio con Aceitunas Cole Slow Sopa de Caracolitos Merluza al Horno / Varita de Pescado Tortilla Chacarera Puré de Papas a la Crema Verduras a la Mantequilla Pollo con Papas Ensalada Jardin con Pollo Naranja con Azucar Flor Jalea Light Torta de Yogurt	**09** Lechuga Escarola Mix Tradición Cebolla Escabechada Zanahoria con Cilantro Crema de Champiñones Filetitos de Ave Arvejados Lentejas Guisadas Arroz Perla Pollo con Fideos Ensalada Cesar de Atún Ensalada Fruta Primavera Jalea Light Flan Vainilla con Salsa Caramelo	**10** Lechuga Escarola Repollo Morado Acelga con Crutones Mix de Lentejas Sopa de Pollo con Sémola Pizza Napolitana Estofado de Fondo de Alcachofas Pollo con Arroz Salpicón de Pollo Fruta Natural de Primavera Jalea Light Helado Palito
13 Lechuga Escarola Espinaca Zanahoria con Sésamo Cole Slow Morado Crema de Verduras Pollo Pomodoro Omelette de Tomate Queso Spaghettis Bouquetier de Verduras Pollo con Arroz Ensalada Tomate Relleno Atún Naranja Jalea Light Yogurt con Cereal	**14** Lechuga Escarola Pepino con Cilantro Betarraga Verduras Chinas Sopa de Pollo con Sémola Lomito de Cerdo al Jugo Porotos a la Chilena Arroz Perla Pollo con Arroz Ensalada Thai Macedonia de Primavera Jalea Light Suspiro Limeño	**15** Lechuga Escarola Apio con Naranja Cebolla con Cilantro Cous Cous con Verduras Crema de Zapallo Merluza / Varitas de Pescado Tortilla Zanahoria Almendras Pure de Papas Zapallo Italiano Salteado Pollo con Papa Ensalada Jamón Queso Compota de Manzana Jalea Light Tartaleta Frutos Rojos	**16** Lechuga Escarola Mix Repollo Ensalada Chilena Pebre de Mote con Mix Pimientos Sopa de Caracolitos Carne al Jugo Lentejas Guisadas con Huevo Rallado Arroz Graneado Pollo con Fideos Ensalada Naturista con Queso Chacra Ensalada de Fruta Primavera Jalea Light Sémola con Leche Salsa Caramelo	**17** Lechuga Escarola Porotos Negros con Cebolla Cous Cous con Verdura Zanahoria con Perejil Crema de Champiñones Boloñesa / Alfredo Canelones Florentinos Fetuccini Pollo con Arroz Naturista con Huevo Palmitos Macedonia de Primavera Jalea Light Tiramisú
20 Lechuga Escarola Repollo Morado Espinaca Zanahoria Rallada Sopa de Pantrucas con Huevo Pechuga de Ave Arvejada Estofado de Alcachofa Arroz Graneado Pollo con Arroz Ensalada Alfredo con Cous Cous Fruta de Primavera Jalea Light Bavarois de Guinda	**21** Lechuga Escarola Tomate con Cebolla Pluma Ceviche de Mote Mix Tradición Crema de Verduras Salsa Alfredo Lentejas Guisadas con Huevo Rallado Espaguettis Pollo con Papas Ensalada Torta Panqueque Macedonia de Primavera Jalea Light Queque de Zanahoria	**22** Lechuga Escarola Mix de Repollos Betarraga Porotos Frios Consomé de Ave Varitas de Pescado / Merluza Vizcaina Tortilla de Espinaca y Zanahoria Puré de Papas Verduras con Cous Cous Pollo con Fideos Ensalada Tomate Relleno con Pollo Compota de Manzana Jalea Light Sémola con Salsa Frambuesa	**23** Lechuga Escarola Mix 4 Estaciones Zapallo Italiano Juliana Apio con Naranja Crema de Esparragos Pollo Mongoliano Porotos Granados al Pilco Arroz Perla Pollo con Arroz Ensalada Naturista Huevo Palmito Ensalada Fruta Primavera Jalea Light Eclair con Pastelera	**24** Lechuga Escarola Cole Slow Tomate Rodaja Salsa Verde Sopa de Verduras con Huevo Sandwich Hamburguesa de Vacuno Charquican de Verduras con Proteina Soya Guacamole Pollo con Fideos Ensalada Thai Macedonia Primavera Jalea Light Maicena con Leche
27 Lechuga Escarola Apio Repollo Blanco con Aceitunas Insalatta Crema de Zapallo Spaguettis con Salsa Alfredo Carbonada Vegana con Proteina de Soya Pollo con Arroz Ensalada Griega Ensalada de Frutas Jalea Light Yogurt con Cereal	**28** Lechuga Escarola Espinaca con Sésamo Chilena Zanahoria Rallada Sopa de Carne con Semola y Huevo Pollo Oriental Lentejas Guisadas con Huevo Rallado Arroz Graneado Pollo con Fideos Ensalada Nicouse (Atún) Macedonia de Primavera Jalea Light Sémola con Leche Salsa Caramelo	**29** Lechuga Escarola Apio con Aceitunas Repollo Blanco con Cilantro Pepino con Salsa de Yogurt y Orégano Crema de Verduras Varitas de Merluza / Merluza Menier Tortilla Esparrago Queso Pure de Papas Panaché de Verduras Pollo con Arroz Cesar con Pollo Ensalada de Frutas Primavera Jalea Light Tarta de Piña Casera	**30** Lechuga Escarola Mix 4 Estaciones Fideos Primavera Acelga con Crutones Sopa de Pollo con Huevo Crocante de Pollo Garbanzos con Huevo Rallado Arroz Perla Pollo con Papas Torta de Panqueques con Verduras Compota Mixta Jalea Light Bavarois de Frambuesa	**31**

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 enérgicamente, etc.

TODOS NUESTROS ALIMENTOS SON SIN SELLOS.

ICONOGRAFÍA DE **ALIMENTOS**

SALAD BAR
SOPA O CREMA
PLATOS DE FONDO
ACOMPAÑAMIENTOS
MENÚ LIGHT
DIETA
POSTRE

CONTACTO CASINO

Administrador: Ursula Gajardo
Correo: gajardo-ursula@armark.cl
Telefono: +569 6611 6162

$5.260
VALOR ALMUERZO

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

aramark