



GESUNDES ESSEN
Pasión Por Lo Sano

MINUTA MENSUAL
SEPTIEMBRE 2018



	03-09-2018	04-09-2018	05-09-2018	06-09-2018	07-09-2018
SALAD BAR	LECHUGA REPOLLO	LECHUGA TOMATE	LECHUGA BETARRAGA CEBOLLA	LECHUGA PEPINO ZANAHORIA	LECHUGA POROTO VERDE
PLATO DE FONDO	PASTA THAI DE POLLO	CAZUELA DE VACUNO	GUIZO DE ZAPALLO ITALIANO ARROZ GRANEADO	MENESTRON	LASAÑA DE ATÚN Y VERDURAS
PLATO DE FONDO ALTERNATIVO	CERDO AL JUGO ARROZ PRIMAVERA	TOMATICAN DE POLLO SPAGHETTI AL PEREJIL	CALDILLO MARINERO	FILETILLOS DE POLLO A LA MOSTAZA VERDURAS SALTEADAS	TORTILLA DE VERDURAS PAPAS A LA MANTEQUILLA
HIPOCALORICO	POLLO A LA NARANJA C/VERDURAS SALTEADAS	WRAPS DE VACUNO C/MIX DE ENSALADAS	GUIZO DE ZAPALLO ITALIANO	MENESTRON C/VERDURAS	TORTILLA DE ATÚN C/PANACHE DE VERDURAS
VEGETARIANO	PASTA THAI DE VERDURAS	TORTILLA DE ZANAHORIA C/PAPAS AL CILANTRO	GUIZO DE ZAPALLO ITALIANO C/CARNE DE SOYA C/ARROZ GRANEADO	MENESTRON VEGETARIANO	LASAÑA DE VERDURAS
POSTRES	MOUSSE COCO COMPOTA DE PERA JALEA FRUTA NATURAL	ARROZ CON LECHE CIRUELAS CON MOTE JALEA FRUTA NATURAL	FLAN CHIRIMOYA ALEGRE HUEVO FALSO JALEA FRUTA NATURAL	BAVAROIS FRAMBUESA GAJOS DE NARANJA JALEA FRUTA NATURAL	SEMOLA CON LECHE PLATANO C/SSA DE FRAMBUESA JALEA FRUTA NATURAL
	10-09-2018	11-09-2018	12-09-2018	13-09-2018	14-09-2018
SALAD BAR	LECHUGA REPOLLO ZANAHORIA	LECHUGA BETARRAGA CEBOLLA	LECHUGA PEPINO	LECHUGA ENSALADA A LA CHILENA	LECHUGA ZAPALLO ITALIANO
PLATO DE FONDO	POLLO AL HORNO CHOCLO A LA CREMA	GARBANZOS GUISADOS CHORIZO	PESCADO AL LIMÓN ARROZ EXÓTICO	PARRILLADA AL PLATO PAPAS MAYO	AJIACO
PLATO DE FONDO ALTERNATIVO	CERDO A LA CHILENA SPAGHETTI	ASADO ALEMÁN PURÉ FLORENTINO	ESTOFADO DE POLLO	EMPANADAS DE PINO (X2)	TORTILLA DE POROTOS VERDES ZANAHORIA ESPIRALES AL CILANTRO
HIPOCALORICO	CROQUETA DE ATÚN C/GUIZO DE ACELGA	GARBANZOS GUISADOS C/VERDURAS	PESCADO AL LIMÓN C/VERDURAS ASADAS	BROCHETA DE CARNE MIXTA C/MIX DE ENSALADAS	TORTILLA DE POROTOS VERDES ZANAHORIA C/TIRAS DE VACUNO
VEGETARIANO	HAMBURGUESA DE SOYA C/CHOCLO A LA CREMA	GARBANZOS GUISADOS	GUIZO DE ACELGA C/ARROZ EXÓTICO	BROCHETA DE VEGETALES C/PAPAS MAYO	TORTILLA DE POROTOS VERDES ZANAHORIA C/PAPAS AL CILANTRO
POSTRES	BAVAROIS DE FRAMBUESA PURÉ DE MANZANA JALEA FRUTA NATURAL	FLAN VAINILLA TUTI FRUTI JALEA FRUTA NATURAL	DELICREAM MANJAR COCO FRUTA C/YOGURT JALEA FRUTA NATURAL	SEMOLA CON LECHE MOTE CON HUESILLO JALEA FRUTA NATURAL	MOUSSE MENTA COMPOTA DE MANZANA JALEA FRUTA NATURAL
	17-09-2018	18-09-2018	19-09-2018	20-09-2018	21-09-2018
SALAD BAR				LECHUGA TOMATE	LECHUGA ZANAHORIA ACEITUNA
PLATO DE FONDO				CALDILLO DE MARISCOS	STROGONOFF DE POLLO ESPIRALES AL PEREJIL
PLATO DE FONDO ALTERNATIVO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	ZAPALLO ITALIANO RELLENO ARROZ GRANEADO	HAMBURGUESA CASERA DE VACUNO PANACHE DE VERDURAS
HIPOCALORICO				ENSALADA CESAR	ENSALADA NICOISE
VEGETARIANO				TOMATICAN DE VERDURAS C/CARNE DE SOYA C/ARROZ GRANEADO	STROGONOFF DE VERDURAS C/ESPIRALES AL PEREJIL
POSTRES				MOUSSE LUCUMA ENSALADA DE FRUTAS JALEA FRUTA NATURAL	DELICREAM CHOCOLATE ALMENDRAS JALEA CON MANZANA JALEA FRUTA NATURAL
	24-09-2018	25-09-2018	26-09-2018	27-09-2018	28-09-2018
SALAD BAR	LECHUGA ZANAHORIA ZAPALLO ITALIANO	LECHUGA TOMATE CEBOLLA	LECHUGA REPOLLO MORADO	LECHUGA PEPINO CILANTRO	LECHUGA ZAPALLO ITALIANO CHOCLO
PLATO DE FONDO	LENTEJAS GUISADAS CHORIZO	PASTEL DE PAPAS	CERDO AL OREGANO SPAGHETTI	FRICASSE DE POLLO	TORTILLA DE ATÚN ARROZ AL CIBOULETTE
PLATO DE FONDO ALTERNATIVO	SALSA ITALIANA DE VACUNO CORBATITAS	POLLO MONGOLIANO ARROZ CHOW FAN	VACUNO MECHADO PURÉ PIAMONTESA	PAYO AL JUGO VERDURAS SALTEADAS	LASAÑA DE VERDURAS
HIPOCALORICO	CEVICHE DE LENTEJAS C/MIX DE ENSALADAS	SOPA NATURAL DE AVE	CUBOS DE VACUNO C/MIX DE ENSALADAS	WRAPS DE POLLO C/MIX DE ENSALADAS	TORTILLA DE ATÚN C/GUIZO DE ZANAHORIA
VEGETARIANO	HAMBURGUESA DE SOYA C/ACELGA A LA CREMA	PASTEL DE PAPAS C/CARNE DE SOYA	TORTILLA DE VERDURAS C/SPAGHETTI	OMELETTE CHOCLO CHAMPIÑÓN C/PAPAS HORNEADAS	GUIZO DE ZANAHORIA C/ARROZ AL CIBOULETTE
POSTRES	CREMELL TRES LECHE GAJOS DE NARANJA Y PLATANO JALEA FRUTA NATURAL	LECHE ASADA COMPOTA DE PERA JALEA FRUTA NATURAL	ARROZ CON LECHE TUTI FRUTI JALEA FRUTA NATURAL	FLAN DE FRUTILLA PLATANO C/SSA DE CARAMELO JALEA FRUTA NATURAL	MOUSSE MOKA FRUTA C/YOGURT JALEA FRUTA NATURAL