

COLEGIO CUMBRES

Marzo 2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>03</p> <ul style="list-style-type: none"> Lechuga Escarola Zanahoria Pepino con Yogurt Fideos Primavera Sopa de Verduras al Huevo Carne al Jugo Canelones Florentinos Arroz al Cilantro Ensalada Cesar Atun Jalea Diet Fruta Natural de Estación Macedonia de Frutas Natilla de Vainilla Casera Queque Marmol 	<p>04</p> <ul style="list-style-type: none"> Mix Cuatro Estaciones Betarraga Chilena Tomate con Sésamo Verduras Chinas Crema de Verduras Pollo Asado/Crocante de Ave (Rebozado) Tortilla de Esparragos Papas Fritas Verduras al Wok Ensalada Rollitos de Jamon de Pavo Jalea Diet Fruta Natural de Estación Macedonia de Frutas Fian de Vainilla con Caramelo Torta de Yogurt 	<p>05</p> <ul style="list-style-type: none"> Lechuga Escarola Betarraga Chilena Tomate con Choclo Ceviche de Porotos Negros Sopa de Carne con Fideos Croqueta de Atún Lentejas a la Parmesana Puré de Papas a la Crema Ensalada con Hamburguesa de Porotos Negros Jalea Diet Fruta Natural de la Estación Macedonia de Frutas Leche Asada con Caramelo Rollo de Canela 	<p>06</p> <ul style="list-style-type: none"> Lechuga Escarola Tomate Cilantro Cole Slow Morado Espinaca Crutones Crema de Zanahoria Filetitos de Ave al Jugo Charquican de Verduras Espirales Pomodoro Huevo Pochado Ensalada Naturista con Pollo Jalea Diet Fruta Natural de Estación Macedonia de Frutas Bavarois de Chocolate Tartaleta de Frutas 	<p>07</p> <ul style="list-style-type: none"> Mix Cuatro Estaciones Cebolla Asada Zanahoria Rallada con Papas Tomate Cilantro Sopa de Caracolitos Merluza/Varitas Omelette Chacarero Arroz Graneado Verduras a la Mantequilla Ensalada con Queso Fresco y Esparrago Jalea Diet Fruta Natural de Estación Macedonia de Frutas Helado Palito Profiteroles con Crema Pastelera
<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> Mix Cuatro Estaciones Tomate con Sésamo Zanahoria Perejil Cous Cous con Verduras Sopa de Pollo con Sémola Salsa Boloñesa Lomito Finas Hierbas Corbalitas a la Mantequilla Guiso de Zapallo Italiano Ensalada Torta Panqueque Jalea Diet Fruta Natural Macedonia de Frutas Mousse de Coco Brazo de Reina 	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> Lechuga Costina Betarraga Rallada Espinaca con Pimentón Brocoli-Choclo Crema de Zanahoria al Curry Pechuga de Ave al Jugo Porotos a la Chilena Arroz Piamontesa Ensalada de Huevo Relleno Jalea Diet Fruta Natural Ensalada de Frutas Maicena con Leche Salsa Frambuesa Torta de Piña 	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> Lechuga Escarola Betarraga con Zapallo Italiano Repollo Morado Mix Porotos Sopa de Verduras con Fideos Carnes Mixtas Salteadas Lasaña Alfredo Papas Dados Ensalada China Jalea Diet Fruta Natural Macedonia de Frutas Ilusión de Piña Brownie de Chocolate 	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> Mix Cuatro Estaciones Pabre Tomate Apio Arvejas Sopa de Caracolitos Filetitos de Ave Napolitanos Humita en Olla Spaghettis al Orégano Ensalada Griega Jalea Diet Fruta Natural Ensalada de Frutas Leche Nevada Tartaleta de Durazno 	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> Lechuga Escarola Pepino con Orégano Tomate Cilantro Betarraga Cubo Crema de Zapallo Camote Empanada de Queso Merluza Menier Flan de Verduras Tomate Relleno Atún Jalea Diet Fruta Natural Macedonia de Frutas Natilla de Chocolate Almendrada Queque de Vainilla con Azucar Flor
<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> Lechuga Escarola Pepino Cilantro Cola Slow Morado Betarraga Cubo Crema de Zapallo Pechuga de Ave en su Salsa Omelette Tomate Queso Aceituna Puré de Papas Verduras Asadas Ensalada Rollitos de Jamon de Pavo Jalea Diet Fruta Natural Macedonia de Frutas Semola con Leche Salsa Caramelo Rollo Gitano 	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> Mix Cuatro Estaciones Zapallo Italiano Apio con Sésamo Quinoa con Verduras Sopa de Pollo con Arroz Lomito de Cerdo Albondigas de Vacuno con Salsa Champiñon Arroz al Curry Tortilla de Acelga Salpicón de Huevo Jalea Diet Fruta Natural Ensalada de Frutas Suspiro Manjar Tarta de Berries 	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> Lechuga Escarola Zapallo Italiano Espinaca Crutones Tomate con Perejil Crema de Zanahoria al Curry Spaghettis Bontoux Porotos Granados con Mazamorra Brochetas Tomate Cherry Queso con Ensaladas Jalea Diet Fruta Natural Macedonia de Frutas Bavarois de Café Pie de Limón 	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> Lechuga Costina Repollo con Cilantro Betarraga Cubi Sésamo Ensalada Legumbres Sopa de Carne con Sémola Escatopa de Ave Carne Bourguignon Arroz con Amapola Panaché de Verduras Cesar de Pollo Jalea Diet Fruta Natural Ensalada de Frutas Panacota de Maracuyá Queque de Chocolate 	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> Lechuga Escarola Zanahoria con Perejil Ens. Surtida (Tomate, Choclo, Poroto Verde) Cochayuyo con Salsa Verde Crema de Cebolla Croqueta de Atún Quiche Espinaca Queso Papa Dado Dorada Ensalada Árabe Jalea Diet Fruta Natural Macedonia de Frutas Helado Palito Alfajor Casero
<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> Mix Cuatro Estaciones Apio con Aceitunas Zanahoria Rallada Pasas Choclo Crema de Zapallo Italiano Filetito de Ave a la Soya Omelette Jamon Queso Mostaccioli al Orégano Bouquetier de Verduras Cesar de Atún Jalea Diet Fruta Natural Macedonia de Frutas Mousse de Frambuesa Queque de Coco 	<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> Lechuga Escarola Tomate con Perejil Repollo Morado Betarraga Cubo Consomé de Carne Lomito de Cerdo Mongoliano Lentejas Guisadas con Huevo Arroz Graneado Pollo Plancha con Ensaladas Jalea Diet Fruta Natural Ensalada de Frutas Leche Nevada Eclair con Pastelera 	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> Mix Cuatro Estaciones Cebolla Asada Pepino Yogurt Tomate Crema de tomate Salsa Italiana Estofado de Ave Quifaros al Oliva Ensalada del Chef Jalea Diet Fruta Natural Macedonia de Frutas Natilla de Pie de Limón Torta de Yogurt 	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> Lechuga Escarola Tomate con Cebolla Zanahoria con Zapallo Italiano Porotos Negros Sopa de Pollo con Sémola Hamburguesa de Vacuno Pomodoro Escalopa Quesillo Papas Doradas Verduras con Cous Cous Ensalada Thai Jalea Diet Fruta Natural Ensalada de Frutas Leche Asada con Caramelo Alfajor Casero 	<p>28</p> <ul style="list-style-type: none"> Lechuga Costina Betarraga Rallada Sésamo Porotos Verdes Cous Cous con Verduras Crema Finas Hierbas Merluza Cancato Croqueta de Atún Arroz Arabe Guiso Zapallo Italiano Ensalada Naturista con Queso Chacra Jalea Diet Fruta Natural Macedonia de Frutas Ilusión de Frambuesa Bizcocho de Limón
<p>31</p> <ul style="list-style-type: none"> Lechuga Escarola Zanahoria Pepino Yogurt Cous Cous con Verduras Sopa de Verduras Cerdo a la Miel Cazuela de Ave Arroz al Ciboulette Ensalada Mediterranea con Queso Chacra Jalea Diet Fruta Natural Macedonia de Frutas Maicena con Leche Rollo de Canela 				

ICONOGRAFÍA DE ALIMENTOS



SALAD BAR



SOPA O CREMA



ACOMPAÑAMIENTOS



MENÚ LIGHT



PLATOS DE FONDO



POSTRE



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.

CONTACTO CASINO

Administrador: Andres Pizarro
 Correo: pizarro-andres@aramark.cl
 Telefono: +569 4472 7438

\$4.835
 VALOR ALMUERZO

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