



CASINO INGLÉS



### MINUTA COLEGIO CONCEPCION

### NOVIEMBRE 2024

	LUNES 04	MARTES 05	MIERCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<b>Menú Básico</b>					
ENTRADA	Ensalada del día (83 cal)	Ensalada del día (83 cal)	Ensalada del día (83 cal)	Ensalada del día (83 cal)	Ensalada del día (83 cal)
PLATO DE FONDO	Rollitos de salmón (265 cal)	Pastas (187 calorías)	Pollo asado ((148 cal)	Strogonoff (199 cal)	Pulpa asada (231 cal)
ACOMPANIAMIENTOS	Arroz graneado (172 cal)	Salsa Alfredo (182 cal)	Puré de papas (291 cal)	Espirales (187 cal)	Papas doradas (187 cal)
POSTRE	Sémola con caramelo (93 cal) Fruta Natural (35 cal)	Jalea (49 cal) Fruta Natural (35 cal)	Flan de vainilla (56 cal) Fruta Natural (35 cal)	Leche Asada (82 cal) Fruta Natural (35 cal)	Postre de plátano (122 cal) Fruta Natural (35 cal)
<b>Menú Hipocalorico</b>					
ENTRADA	Ensalada del día (83 cal)	Ensalada del día (83 cal)	Ensalada del día (83 cal)	Ensalada del día (83 cal)	
PLATO DE FONDO	Rollitos de salmón (265 cal)	Omelette Jamón/Champ. (197 cal)	Pollo asado ((148 cal)	Tortilla de Verduras (102 cal)	
ACOMPANIAMIENTOS					
	LUNES 11	MARTES 12	MIERCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<b>Menú Básico</b>					
ENTRADA	Ensalada del día (83 cal)	Ensalada del día (83 cal)	Ensalada del día (83 cal)	Ensalada del día (83 cal)	Ensalada del día (83 cal)
PLATO DE FONDO	Asado Alemán (189 cal)	Lasaña boloñesa ((451 cal)	Pollo al jugo (148 cal)	Goulach de cerdo (293 cal)	Carne al Jugo
ACOMPANIAMIENTOS	Arroz graneado (172 cal)		Papas doradas (187 cal)	Espirales (187 cal)	Papas fritas (269 cal)
POSTRE	Duraznos en conserva (86 cal) Fruta Natural (35 cal)	Jalea (49 cal) Fruta Natural (35 cal)	Sémola con caramelo (93 cal) Fruta Natural (35 cal)	Arroz con leche (108 cal) Fruta Natural (35 cal)	Pie de Limón (285 cal) Fruta Natural (35 cal)
<b>Menú Hipocalorico</b>					
ENTRADA	Ensalada del día (83 cal)	Ensalada del día (83 cal)	Ensalada del día (83 cal)	Ensalada del día (83 cal)	
PLATO DE FONDO	Lasaña de Verduras (197 cal)	Torta de Atún (162 cal)	Pollo al jugo (148 cal)	Vegetariano Quesillo (428 cal)	
ACOMPANIAMIENTOS			Quinoa salteada (125 cal)		

	LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<b>Menú Básico</b> ENTRADA PLATO DE FONDO ACOMPANIAMIENTOS  POSTRE	Ensalada del día (83 cal) Filete apanado de merluza (115 cal) Arroz graneado (172 cal)  Flan de chocolate (56 cal) Fruta Natural (35 cal)	Ensalada del día (83 cal) Pastas (187 calorías) Salsa Boloñesa (164 cal)  Jalea (49 cal) Fruta Natural (35 cal)	Ensalada del día (83 cal) Pollo Asado (148 cal) Puré de papas (291 cal)  Flan de vainilla (56 cal) Fruta Natural (35 cal)	Ensalada del día (83 cal) Carne mongoliana (148 cal) Arroz primavera (223 cal)  Leche Asada (82 cal) Fruta Natural (35 cal)	Ensalada del día (83 cal) Estofado de Vacuno (279 cal)  Turrón de Vino (202 cal) Fruta Natural (35 cal)
<b>Menú Hipocalórico</b> ENTRADA PLATO DE FONDO ACOMPANIAMIENTOS	Ensalada del día (83 cal) Filete apanado de merluza (115 cal) Cous cous (171 cal)	Ensalada del día (83 cal) Panqueques c/ espinacas (312 cal)	Salad Bar (83 cal) Pollo Asado (148 cal) Papa cocida (71 cal)	Ensalada del día (83 cal) Croqueta de verduras (97 cal)	

	LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<b>Menú Básico</b> ENTRADA PLATO DE FONDO ACOMPANIAMIENTOS  POSTRE	Ensalada del día (83 cal) Croquetas de Pollo (112 cal) Arroz graneado (172 cal)  Flan de chocolate (56 cal) Fruta Natural (35 cal)	Ensalada del día (83 cal) Pastel de Papas (387 cal)  Jalea (49 cal) Fruta Natural (35 cal)	Ensalada del día (83 cal) Chuleta de cerdo (231 cal) Espirales al pesto (189 cal)  Sémola con caramelo (93 cal) Fruta Natural (35 cal)	Ensalada del día (83 cal) Pastas (187 calorías) Salsa Boloñesa (164 cal)  Arroz con leche Fruta Natural (35 cal)	Ensalada del día (83 cal) Pollo Asado (148 cal) Papas al gratín (396 cal)  Postre de manzana (99 cal) Fruta Natural (35 cal)
<b>Menú Hipocalórico</b> ENTRADA PLATO DE FONDO ACOMPANIAMIENTOS	Ensalada del día (83 cal) Ensalada César (295 cal)	Ensalada del día (83 cal) Pescado al horno Guiso de zapallito (127 cal)	Ensalada del día (83 cal) Vegetariano Jamón/Palta (296 cal)	Ensalada del día (83 cal) Hamburguesas Caseras (115 cal) Papas Cocidas (71 cal)	

#### FORMAS DE PAGO

- \* VALOR DIARIO ALMUERZO \$4.400.- CUPONERA DE 10 TICKETS \$44.000.-
- \* EL ALMUERZO INCLUYE ENSALADA, PLATO DE FONDO CON ACOMPANIAMIENTO, POSTRE, PAN Y JUGO O AGUA
- \* TRANSFERENCIA A CASINO INGLES LTDA., CUENTA CORRIENTE 20005106 BANCO BICE  
RUT 76.345.231-K. CONFIRMAR A [casinoingles@gmail.com](mailto:casinoingles@gmail.com)
- \* LA CUPONERA O EL TICKET SE RETIRAN EN EL CASINO DESPUES DE HACER TRANSFERENCIA
- \* EL TICKET DIARIO SE COMPRA CON TRANSFERENCIA O EFECTIVO ANTES DE LAS 10 AM
- \* SE DEBE PRESENTAR EL TICKET AL MOMENTO DE RETIRAR EL ALMUERZO
- \* CONSULTAS A CECILIA SAAVEDRA AL 991283701