

Octubre

Minuta Comunidad Escolar del
Instituto Sagrado Corazón San Bernardo



VIDA SANA
para un estilo de vida saludable

	Lunes 02	Martes 03	Miércoles 04	Jueves 05	Viernes 06
Menú 1	Pollo al jugo / Arroz perla	Goulash vacuno / Puré de papas	Salsa boloñesa/ Fideos espaguetis	Pulpa al jugo / Arroz	Carne a la cacerola/ Papas campesina
Menú 2	Pantrucas	Vienesa asada/ Lentejas guisadas	Carbonada de ave	Ajiaco	Merluza apanada/ acelga-choclo a la crema
	Lunes 09	Martes 10	Miércoles 11	Jueves 12	Viernes 13
Menú 1		Tomaticán / Arroz árabe	Ají de gallina /Fideos mostaccioli	Carne mongoliana / Puré de papas	Pollo asado/ papas fritas
Menú 2		Chorizo asado / Porotos rienda	Croqueta de atún / Guiso Zapallo Italiano	Carbonada vegetariana	Fajitas vacuno - verdura
	Lunes 16	Martes 17	Miércoles 18	Jueves 19	Viernes 20
Menú 1	Chapsui de ave / arroz	Charquicán con Huevo	Carne arvejada/ Arroz perla	Salsa Bontoux/ Fideos espaguetis	Pechuga de pollo al jugo/ papas cocidas
Menú 2	Hamburguesa Quínoa y verduras / Fideos Espirales	Porotos pilco	Merluza apanada / Puré de papas	Ajiaco	Zapallo relleno
	Lunes 23	Martes 24	Miércoles 25	Jueves 26	Viernes 27
Menú 1	Ragout Ave/ Fideos espirales	Pollo grille/ acelga a la crema	Corbatitas Alfredo	Charquicán con Huevo	
Menú 2	Croqueta de atún / Arroz graneado	Longaniza asada / garbanzos guisados	Carbonada de Vacuno	Pollo al ajillo / Arroz	
	Lunes 30	Martes 31			
Menú 1	Pulpa arvejada / fideos corbatita	Chapsui de ave / Arroz			
Menú 2	Porotos pilco	Zapallo relleno			

Venta de almuerzos

Al Ingreso 7:30 a 8:00 en Recepción Entrada Principal.

Valor mensual :\$47000 (20 días), Valor día \$ 2350

Pago por Transferencia:

Empresa Compass Catering

Rut: 96-651-910-K

Cuenta Corriente Banco Chile 00-001-32996-00

Correo: instituto.sccsanbernardo@compass-group.cl

El menú incluye además diversas alternativas de ensaladas y postres a elección, junto con el pan y el jugo.

Recuerde que puede contactarse con nosotros dirigiéndose a nuestro casino o al teléfono 02-28588586 / Celular 975329917.
ADC Nataly Zúñiga .

