



Minuta Casino Talleres 1,2,3 y TEM



MENÚ	LUNES 1		MARTES 2		MIÉRCOLES 3		JUEVES 4		VIERNES 5	
ENSALADA	-lechuga -tomate -pepino -opción sopa		-Zanahoria rallada -brócoli -apio -opción sopa		-Apio -palta -porotitos verdes -opción sopa		-Espinacas -tomate -opción sopa		-Lechuga -repollo -pepino -opción sopa	
PLATO DE FONDO	-Pollo al jugo primavera -opción quinoa primavera		-Fetucchini con salsa boloñesa -Salsa blanca		-Carne al jugo con puré -puré de zapallo		-Trilogía de legumbres		-Cazuela de vacuno	
POSTRES	-Plátano con kiwi en rodajas -opción Bavaroi		-Flan Casero -opción fruta natural		-Torta de yogurt -opción fruta natural		-Jalea con frutas -opción fruta natural		-Tutu fruti -opción yogurt con granola	
APORTE NUTRICIONAL	Calorías	Proteínas	Calorías	Proteínas	Calorías	Proteínas	Calorías	Proteínas	Calorías	Proteínas
TALLERES	650	32	665	33	670	34	680	33	650	32
TEM	750	32	765	34	775	34	780	34	750	32

MENÚ	LUNES 8		MARTES 9		MIÉRCOLES 10		JUEVES 11		VIERNES 12	
ENSALADA	-Lechuga -zanahoria -pepinos -opción sopa		-Tomate -porotitos verdes -apio -opción sopa		-Espinaca -Betarraga -lechuga -opción sopa		-Cebolla acaramelizada -lechuga -tomates -palta -queso -aderezos		-Repollo morado -repollo verdes -tomates -choclo -opción sopa	
PLATO DE FONDO	-Estofado de vacuno -opción Carbonada		-Trilogía de legumbres		-Lasaña a la boloñesa -opción champiñones a la crema		Arma tu sandwich -pan al palto -pollo a la plancha -churrasco -Hamburguesas caseras		-Croquetas de atún con puré	
POSTRES	-Plátano con uvas al natural -opción Jalea		-CJalea con frutas -opción fruta natural		-Mandarinas en mitades -opción Peras cocidas		-Torta de duraznos -opción fruta natural		Manzanas peras y mandarinas en gajos	
APORTE NUTRICIONAL	Calorías	Proteínas	Calorías	Proteínas	Calorías	Proteínas	Calorías	Proteínas	Calorías	Proteínas
TALLERES	650	32	680	34	660	33	650	32	660	32
TEM	750	32	780	34	760	33	750	32	765	33

MENÚ	LUNES 15		MARTES 16		MIÉRCOLES 17		JUEVES 18		VIERNES 20	
ENSALADA	-Pepino -tomate -opción sopa		-Repollo lechuga -espinacas -opción sopa							
PLATO DE FONDO	-Carne mechada con arroz perla -opción quinoa mediterranea		-Corbatitas con salasa boloñesa -Fetucchini con salsa soloñesa -opción salsa pomodoro							
POSTRES	-Plátano uvas kiwi laminadas -opción jalea		-Leche asada -opción fruta natura							
TALLER TEM	650 750	32 32	675 770	33 34						
APORTE NUTRICIONAL	Calorías	Proteínas	Calorías	Proteínas	Calorías	Proteínas	Calorías	Proteínas	Calorías	Proteínas
TALLERES	650	32	650	32	670	34				
TEM	750	32	750	32	770	34				