



<https://sabor-casero.cl>



SCAN ME

Semana - 1	LUN 04	MAR 05	MIER 06	JUE 07	VIE 08
SOPA / CREMA	Consomé de pollo Casero	Consomé de vacuno	Crema de Verduras	Consomé de pollo	Carbonada
ACOMPAÑAMIENTO	Arroz - Espirales	Arroz - Puré	Arroz Primavera - Cebolla frita - Spaguetitis	Arroz - Papitas asadas	Arroz con Omelette - Gratin de papas
SALAD BAR	Choclo Tomate	Apio	Mix Verduras	Mix Lechuga, espinaca, zanahoria	Mix Lechuga, espinaca, zanahoria
	Pepinos	Lechuga - Espinaca	Cous Cous Sabor Casero	Porotos Verdes	Zanahoria rallada
SALSAS	Mix Verduras	Salpicón	Porotos	Habas con cebolla	Mix Verduras
	Mayonesa - Aceite - Pebre - Salsa verde - Limón - Cebolla escabeche	Mayonesa - Limón - Pickle - Ají de oro, cebolla, tomate y cilantro - Salsa de pepino - Aceite.	Mayonesa - Cebolla escabeche - Pebre con ají - Salsa Peruana - Limón	Mayonesa - Limón - Pebre - Salsa verde - Pickle - Aceite	Mayonesa - Limón - Chimichurri - Cebolla escabeche - Ají de oro, cebolla, ajo, tomate y cilantro - Aceite
MENÚ 1	Espirales con salsa boloñesa	Crocante en forma de patita de pollo al horno	Chaparrita	Cheeseburger con papitas en cubo doradas	Papa rellena a la peruana
MENÚ 2	Pollo al horno al limón	Lasaña	Carne al horno con salsa atomatada	Pulpa de cerdo a la Chilena	Trutro corto de pollo al jugo
MENÚ 3	Croqueta de pescado casera	Ceviche de champiñones y verduras	Ensalada surtida con cubos de pavo al ajillo	Ensalada Griega	Ensalada surtida con huevos rellenos con pasta de atún
MENÚ 4	Lenteja a la campesina	Porotos granados con mazamorra	Verduras salteadas con arroz pilaf	Crema de zapallo camote con crutones al perejil y semillas de zapallo	
Postres	Jalea de Frutilla - Mousse de Platano - Mix frutas - Flan de Chocolate - Colegial	Compota mixta - Jalea con Yogurt - pie de Limón - Sémola con leche - Helado	Torta de Chocolate - Jalea - Mousse de Fruta plátano frutilla - Macedonia - Fruta Natural	Jalea - Leche asada - Mini Muffin - Helado - Arroz con leche	Queque María - Jalea - Macedonia con Yogurt

Nota: Incluye pan en diferentes variedades, jugo o agua.

MENÚ Noviembre 2024 - Semana 1

Belen Sanz S.
Nutricionista
RUT.: 22.468.369-3



<https://sabor-casero.cl>



SCAN ME

Semana - 1	LUN 11	MAR 12	MIER 13	JUE 14	VIE 15
SOPA / CREMA	Consomé de pollo Casero	Consomé de vacuno	Crema de Verduras	Consomé de pollo	Carbonada
ACOMPAÑAMIENTO	Arroz - Espirales	Arroz - Puré	Arroz Primavera - Cebolla frita - Spaguettis	Arroz - Papitas asadas	Arroz con Omelette - Gratin de papas
SALAD BAR	Choclo Tomate	Apio	Mix Verduras	Mix Lechuga, espinaca, zanahoria	Mix Lechuga, espinaca, zanahoria
	Pepinos	Lechuga - Espinaca	Cous Cous Sabor Casero	Porotos Verdes	Zanahoria rallada
SALSAS	Mix Verduras	Salpicón	Porotos	Habas con cebolla	Mix Verduras
	Mayonesa - Aceite - Pebre - Salsa verde - Limón - Cebolla escabeche	Mayonesa - Limón - Pickle - Ají de oro, cebolla, tomate y cilantro - Salsa de pepino - Aceite.	Mayonesa - Cebolla escabeche - Pebre con ají - Salsa Peruana - Limón	Mayonesa - Limón - Pebre - Salsa verde - Pickle - Aceite	Mayonesa - Limón - Chimichurri - Cebolla escabeche - Ají de oro, cebolla, ajo, tomate y cilantro - Aceite
 MENÚ 1	Pulpito de salchichas con salsa atomatada	Wraps de pollo, lechuga y guacamole	Empanada de queso	Barros Luco	Porotos con riendas y chorizo
 MENÚ 2	Filetillo de pechuga a la plancha con salsa al perejil	Pastel de papas	Alitas de pollo al horno con salsa agridulce	Goulash de cerdo con arroz curry	Carne mechada con salsa
 MENÚ 3	Omelette relleno con Queso - albahaca	Ensalada Toscana	Ensalada Nicoise	Ensalada cesar	Ñoquis de acelga y brocoli acompañado de salsa tuco
 MENÚ 4	Carbonada	Albondigas de carne vegetal con salsa acompañado de arroz curry	Hamburguesa de porotos negros, lechuga, tomate, pepino, queso en pan pita	Trenza de hojaldre rellena con verduras asadas	
 Postres	Jalea de Frutilla - Mousse de Platano - Mix frutas - Flan de Chocolate - Colegial	Compota mixta - Jalea con Yogurt - pie de Limón - Sémola con leche - Helado	Torta de Chocolate - Jalea - Mousse de Fruta plátano frutilla - Macedonia - Fruta Natural	Jalea - Leche asada - Mini Muffin - Helado - Arroz con leche	Queque María - Jalea - Macedonia con Yogurt

Nota: Incluye pan en diferentes variedades, jugo o agua.

MENÚ Noviembre 2024 - Semana 2

Belen Sanz S.
Nutricionista
RUT.: 22.468.369-3



<https://sabor-casero.cl>



SCAN ME

Semana - 1	LUN 18	MAR 19	MIER 20	JUE 21	VIE 22
SOPA / CREMA	Consomé de pollo Casero	Consomé de vacuno	Crema de Verduras	Consomé de pollo	Carbonada
ACOMPÑAMIENTO	Arroz - Espirales	Arroz - Puré	Arroz Primavera - Cebolla frita - Spaguettis	Arroz - Papitas asadas	Arroz con Omelette - Gratin de papas
SALAD BAR	Choclo Tomate	Apio	Mix Verduras	Mix Lechuga, espinaca, zanahoria	Mix Lechuga, espinaca, zanahoria
	Pepinos	Lechuga - Espinaca	Cous Cous Sabor Casero	Porotos Verdes	Zanahoria rallada
SALSAS	Mix Verduras	Salpicón	Porotos	Habas con cebolla	Mix Verduras
	Mayonesa - Aceite - Pebre - Salsa verde - Limón - Cebolla escabeche	Mayonesa - Limón - Pickle - Ají de oro, cebolla, tomate y cilantro - Salsa de pepino - Aceite.	Mayonesa - Cebolla escabeche - Pebre con ají - Salsa Peruana - Limón	Mayonesa - Limón - Pebre - Salsa verde - Pickle - Aceite	Mayonesa - Limón - Chimichurri - Cebolla escabeche - Ají de oro, cebolla, ajo, tomate y cilantro - Aceite
MENÚ 1	Nuggetts de pollo al horno	Sandwich Croqueta de pollo Crispy	Pizza Napolitana	Hand Roll	Lentejas con chorizo
MENÚ 2	Chuleta escabechada	Carne mongoliana con arroz chaufan	Pechuga de pollo en cubos a la crema, cebolla, ajo, curry, aji color y cilantro	Carne al jugo	Pescado frito
MENÚ 3	Tortilla de pescado con ajo y perejil	Papa a la Huaincaina	Ensalada surtida con rollos de queso crema rellenos con atun y sesamo	Torta panqueque salada	Tortilla española
MENÚ 4	Brocheta de verduras con salsa verde.	Lasaña verduras	Garbanzos a la campesina	Chapsui de vegetales con arroz curry	
Postres	Jalea de Frutilla - Mousse de Platano - Mix frutas - Flan de Chocolate - Colegial	Compota mixta - Jalea con Yogurt - pie de Limón - Sémola con leche - Helado	Torta de Chocolate - Jalea - Mousse de Fruta plátano - Frutilla - Macedonia - Fruta Natural	Jalea - Leche asada - Mini Muffin - Helado - Arroz con leche	Queque María - Jalea - Macedonia con Yogurt

Nota: Incluye pan en diferentes variedades, jugo o agua.

MENÚ Noviembre 2024 - Semana 3

Belen Sanz S.
Nutricionista
RUT.: 22.468.369-3



<https://sabor-casero.cl>



SCAN ME

Semana - 1	LUN 25	MAR 26	MIER 27	JUE 28	VIE 29
SOPA / CREMA	Consomé de pollo Casero	Consomé de vacuno	Crema de Verduras	Consomé de pollo	Carbonada
ACOMPAÑAMIENTO	Arroz - Espirales	Arroz - Puré	Arroz Primavera - Cebolla frita - Spaguettis	Arroz - Papitas asadas	Arroz con Omelette - Gratin de papas
SALAD BAR	Choclo Tomate	Apio	Mix Verduras	Mix Lechuga, espinaca, zanahoria	Mix Lechuga, espinaca, zanahoria
	Pepinos	Lechuga - Espinaca	Cous Cous Sabor Casero	Porotos Verdes	Zanahoria rallada
SALSAS	Mix Verduras	Salpicón	Porotos	Habas con cebolla	Mix Verduras
	Mayonesa - Aceite - Pebre - Salsa verde - Limón - Cebolla escabeche	Mayonesa - Limón - Pickle - Ají de oro, cebolla, tomate y cilantro - Salsa de pepino - Aceite.	Mayonesa - Cebolla escabeche - Pebre con ají - Salsa Peruana - Limón	Mayonesa - Limón - Pebre - Salsa verde - Pickle - Aceite	Mayonesa - Limón - Chimichurri - Cebolla escabeche - Ají de oro, cebolla, ajo, tomate y cilantro - Aceite
 MENÚ 1	Spaguettis con salsa alfredo	Completo	Chesseburger	Pizza napolitana	Sándwich de Pulled Pork
 MENÚ 2	Strogonoff con arroz perla	Empanizado de pollo	Pulpa de cerdo al horno	Gohan de pollo	Chorrillana
 MENÚ 3	Zapallo italiano relleno estilo doña Yoly	Ensalada de pastas Sabor Casero	Tomate relleno con queso fresco	Ensalada surtida con una brocheta de pavo, verduras al cilantro	Causa Limeña
 MENÚ 4	Pimentón relleno con verduras y arroz integral	Porotos granados con pilco	Canastas de quinoa rellenas de vegetales	Tortilla de porotos verdes y zanahoria	
 Postres	Jalea de Frutilla - Mousse de Platano - Mix frutas - Flan de Chocolate - Colegial	Compota mixta - Jalea con Yogurt - pie de Limón - Sémola con leche - Helado	Torta de Chocolate - Jalea - Mousse de Fruta plátano frutilla - Macedonia - Fruta Natural	Jalea - Leche asada - Mini Muffin - Helado - Arroz con leche	Queque María - Jalea - Macedonia con Yogurt

Nota: Incluye pan en diferentes variedades, jugo o agua.

MENÚ Noviembre 2024 - Semana 4

Belen Sanz S.
Nutricionista
RUT.: 22.468.369-3