

# Colegio Lincoln College Huechuraba

## Minuta Octubre - 2023



Lunes 02	Martes 03	Miércoles 04	Jueves 05	Viernes 06
1 Salsa boloñesa con fideos.	1 Callitos a la Jardínera.	1 Albóndigas con arroz curry primavera.	1 Pizza napolitana.	1 Pantrucas.
2 Chuleta de cerdo con salsa al perejil.	2 Trutro corto arvejado.	2 Carne mechada con salsa.	2 Pechuga de pollo apanada.	2 Cerdo agridulce con arroz chaufan.
3 Tortilla de verduras con medio huevo duro.	3 Ensalada surtida con mini fritos de pescado.	3 Palta reina en base de lechuga.	3 Papa a la Huancaína	3 Tomaticán con papas duquesas.
4 Carbonada.	4 Quiche de Espinaca, Cebolla caramelizada y chodo.	4 Porotos a la campesina.	4 Croqueta de vegetales.	
Lunes 09	Martes 10	Miércoles 11	Jueves 12	Viernes 13
<b>FERIADO</b>	1 Spaguettis con salsa de pollo al cilantro.	1 Chaparritas.	1 Alitas de pollo con salsa BBQ	1 Omelette relleno con espinaca a la crema.
	2 Cerdo mongoliano con arroz chaufan.	2 Strogonoff de vacuno con arroz primavera.	2 Lasaña.	2 Carne a la olla con salsa de verduras.
	3 Hamburguesa de pescado con ajo y perejil.	3 Tortilla de acelga con medio huevo duro.	3 Ensalada Toscana.	3 Causa de pollo.
	4 Lenteja a la campesina.	4 Ceviche de champiñones.	4 Pimentón relleno con verduras y arroz integral	
Lunes 16	Martes 17	Miércoles 18	Jueves 19	Viernes 20
1 Dos salchichas con salsa italiana y huevo frito.	1 Papa rellena con jamon- queso.	1 Crocante de pollo.	1 Hamburguesa Estilo york	1 Canellones de carne con salsa blanca.
2 Pollo asado a la peruana.	2 Carne a la cacerola con salsa.	2 Pulpa de cerdo a la Chilena.	2 Pechuga de pavo con salsa a la mostaza,	2 Chorillana.
3 Gratin de zapallo italiano.	3 Ensalada surtida con huevos rellenos con pasta de palmitos.	3 Ensalada Griega.	3 Wraps de pollo apanado,lechuga,chodo,guacamole y salsa verde.	3 Tortilla de porotos verdes.
4 Porotos granados con pilco.	4 Hamburguesa de porotos negros,lechuga,tomate,cebolla morada.	4 Rollito de repollo relleno con mix de vegetales.	4 Garbanzos menestron.	
Lunes 23	Martes 24	Miércoles 25	Jueves 26	Viernes 27
1 Macarrones con salsa de queso.	1 Ramen de pollo.	1 Pizza queso- Salame.	1 Completo - italiano.	
2 Alitas de pollo con salsa al perejil.	2 Hamburguesa casera rellena con queso acompañada de salsa al cilantro.	2 Carne al horno con salsa chimichurri.	2 Pescado frito.	
3 Omelette Jamon- queso	3 Tomate relleno con atun en base de lechuga.	3 Tortilla española.	3 Ensalada cesar.	<b>FERIADO</b>
4 Ensalada de fideos tricolor y vegetales salteados.	4 Crema de zapallo camote,tomate,cebolla asadas y un toque de albahaca.	4 Nuggets de vegetales	4 Brochetas de verduras salteadas.	

**Alternativas diarias:**  
 1) Plato fuerte; 2) Alternativa Plato fuerte 3) Alternativa hipocalórica y 4) Alternativa Vegetariana.  
 Almuerzo incluye: Salad Bar 4 ensaladas y 6 salsas - Sopa o crema casera - Acompañamientos 2 a 3 variedades - Postres 4 a 5 variedades.  
 Venta de talonarios directamente en el colegio y con transferencia bancaria a nombre de: Servicio de Alimentación  
 RUT: 76.626.866-8 - Cta. Corriente Banco SCOTIABANK, 973592971 (Enviar comprobante de transferencia indicando nombre y curso del alumno al siguientes correo tamara.alvarez@sabor-casero.cl)

**Valor almuerzo compra anticipada 10 unidades \$4.000.-**  
**Valor almuerzo ocasional \$4.500.-**