



MARCH MENU 2020



	Monday 02	Tuesday 03	Wednesday 04	Thursday 05	Friday 06
Salad Bar		Lechuga Sésamo Arvejas cebolla cilantro Tomate Albahaca	Zanahoria Hilo Tomate ciboulette Espinaca Huevo lluvia	Repollo Aceituna Brocoli pimenton rojo Ens. de Cochayuyo	Tomate Porotos Verdes Salpicón de Huevo Pebre de Quinoa
Fondo 1		Pollito BBQ con Quifaros	Bocados de Merluza con Pure	Chapsui de Pollo y Arroz Chaufan	Lasaña de carne
Pondo 2		Tomatitan con papitas romero	Cerdo Mongoliano con Arroz	Pastelera con Hamburguesa	Pescado a la plancha y Papas Asadas
Postres		Helado Mousse de vainilla salsa chocolate Jalea de frambuesa Canasto de fruta	Mix de melón Jalea con frutas Frutillas con merengue Canasto de fruta	Jalea con Fruta Rollo Gitano Leche Nevada Canasto de fruta	Sandia Yogurt Americano Macedonia Natural Canasto de fruta
Menu Light		Pollo a la Plancha con Ensaladas	Timbal de Atun con Ensalada	Brocheta de Pollo y Ensaladas	Hamburguesa con Ensalada
Dieta Blanda		Pollo Fideos	Pescado plancha, Arroz, Espinaca	Pollo con Papas cocidas zanahoria	Pollo con Arroz
	Monday 09	Tuesday 10	Wednesday 11	Thursday 12	Friday 13
Salad Bar	Lechuga Rucula Choclo cilantro Zanahoria diente dragón	Zanahoria Hilo Pepino Orégano Porotos verdes tomates	Ensalada Tomate Mix De lechuga Habas salsa verde	Ensalada de Pepino Tomate chilena Lechuga Toscana	Repollo mixto Betarraga nevada Coliflor salsa americana
Fondo 1	Ajé de Gallina con Arroz Primavera	Figuritas de Merluza con Papas Cubo	Spaguetti con Salsa Boloñesa	Lentejas con queso rallado	Fajitas de Pollo Pimentón con Arroz
Pondo 2	Asado Aleman con zapallitos al curry	Mote con Garbanzos	Pollo jugo con Verduras y Arroz	Charquican con Carne	Pescado Grillé con Budin de P verdes
Postres	Yogurt americano Dados de Melón Flan de caramelo Canasto de fruta	Melon Jalea bicolor Volcan Chocolate Canasto de fruta	Uvas Sémola con salsa de caramelo Jalea de piña Canasto de fruta	Jalea Cubito Helado paleta Natilla manjar Canasto de fruta	Mix de frutas de la estación Jalea de Guinda Queque zanahoria Canasto de fruta
Menu Light	Pollo con Ensaladas	Hamburguesa con Ensaladas	Tortilla de verdura y ensalada	Quesillo jamon ensaladas	Timbal de Atun y Ensaladas
Dieta Blanda	Pollo con Arroz y Zanahoria	Carne con papas cocidas	Pollo Spaguetti	Pollo Papas cocidas zanahoria	Pescado Plancha con arroz
	Monday 16	Tuesday 17	Wednesday 18	Thursday 19	Friday 20
Salad Bar	Tomate Albahaca Lechuga espinaca quesillo Habas Salsa Verde	Lechuga Mixta Tomate Poroto verde Ens Zanahoria Cilantro	Ensalada de Pepino Tomate Cilantro Beterraga Lechuga Diente Dragón	Tomate Apio Espinaca Rabanito Ensalada de quinoa	Lechuga Costina Nachos Guacamole
Fondo 1	Cerdito Arvejado con Papas Al Horno	Lentejas con huevo nevado	Pescado con choclo a la crema	Espaguetti Salsa Italiana	Fajita de pollo con Arroz
Pondo 2	Coditos al Pesto con Pollo	Carbonada de Pavo	Lomito al Curry con Papas Doradas	Arroz con Mariscos	Burritos carne y tomate
Postres	Sandia Trozo Jalea Naranja Mousse de Moka Canasto de fruta	Helado Guallarauco Tutti Frutti Flan Caramelo Canasto de fruta	Yogurt Americano Macedonia Natural Budín Diplomático Canasto de fruta	Cubitos de Melón Compota de ciruela Crumble de berries Canasto de fruta	Piña al jugo Leche asada Jalea frambuesa Canasto de fruta
Menu Light	Timbal Pollo Mayo y Ensalada	Quesillo Huevo Ensaladas	Tomate relleno atun	ceviche mariscos y ensalada	burritos lechuga pollo y ensalada
Dieta Blanda	Pollo con coditos	Carne papas cocidas zanahoria	Carne con Arroz	Pescado plancha y espaguetti	pollo con arroz zap italiano
	Monday 23	Tuesday 24	Wednesday 25	Thursday 26	Friday 27
Salad Bar	Tomate cilantro Lechuga aceituna Coliflor salsa americana	Zanahoria pasas Lechuga pimentón Betarraga pepino	Espinaca con Nachos Tomate cebollin Pepino Ciboulette	Repollo mixto Ensalada tomate Apio rabanito	Lechuga Costina Brócoli tomate cochayuyo salsa verde

Fondo 1	Salsa alfredo y corbatitas	Hamburguesa de Pavo y Pure al Cibuletto	Brochetas de Merluza con Arroz Exo	Porotos granados con Churrasco	Pizza Napolitana
Pondo 2	Omelette de porotos verdes y arroz	Garbanzos con Choricillo	Espirales con carne al Gratin	Pastel de papas	Corvinilla grillada con Verduras al Aceto
Postres	Uvas verdes Helado paleta Mousse de chocolate Canasto de fruta	Frutilla Melón Tuna Panqueque Manjar Jalea de piña Canasto de fruta	Sandia Compota Damasco Espuma de limón Canasto de fruta	Yogurt con frutas Queque zanahoria Jalea Bicolor Canasto de fruta	Jalea Nevada Melon Cubos Flan de Vainilla Canasto de fruta
Menu Light	Omelette y Ensaladas	Churrasco Ensaladas	Hamburguesa Pavo Ensaladas	Timbal de Atun y Ensaladas	Pollo con Ensaladas
Dieta Blanda	Corbatitas con Churrasco tiritas	Churrasco con Papas cocidas	Pavo con Arroz, Zapallito Italiano	Pollo cocido y Arroz	Corvinia grille con spaguetti

Monday 30

Tuesday 31

Salad Bar	Tomate Albahaca Lechuga espinaca quesoillo Habas Salsa Verde	costina Tomate Poroto verde Ens Zanahoria Cilantro
------------------	--	--

Fondo 1	Espagueti boloñesa	Lentejas con queso rallado
Pondo 2	Quesillo apanado con papas lyonesas	Zapallitos Italianos con Arroz
Postres	Uvas verdes Compota de Fruta Mousse de Vainilla Canasto de fruta	Cubitos de Melón y Sandia Queque marmol Jalea de Naranja Canasto de fruta

Menu Light	Quesillo Jamon con Ensaladas	Tortilla de acelgas con Ensaladas
Dieta Blanda	Carne con Espirales al agua	Carne con fideos y acelgas

Valor Marzo:

1° a 4° Basico \$ 63.000

5° a IV Medio \$ 65.100

Almuerzo comprado al dia \$3.300

Datos de Transferencia:

Cta. Cte. Banco Itau 0202408485

Rut: 78.165.160-5

A nombre de Austral Catering Ltda.

Enviar comprobante con Nombre completo del alumno y curso a: mayflower@australcatering.cl

Administradora: Scarlett Perez

Fono: 223523171 - 997436030

