

1: HIPOCALORICO 2:VEGETARIANO

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Lechuga, Zanahoria y brócoli	Lechuga, Apio, Chilena	Repollo, Poroto verde, Zanahoria	Lechuga, Choclo, Tomate	Repollo, Apio, Chilena
1	Ensalada griega con atún (281 Kcal)	- Ensalada naturista con pollo a la plancha (239 Kcal)	Carne de vacuno con verduras al horno (279 Kcal)	- Ensalada Cesar de pollo (288 Kcal)	- Pavo al horno con panaché de verduras (274 Kcal)
2	- Guiso de zapallito italiano con papas al horno (312 Kcal)	- Porotos granados (399 Kcal)	- Charquicán (312 Kcal)	Pascualina (340 Kcal)	- Suflé de zanahoria con arroz (380 Kcal)
	Leche nevada (145 Kcal) 2	Queque de naranja (144 Kcal) 3	Fruta de la estación (70 Kcal) 4	Flan de chocolate (113 Kcal) 5	Tartaleta de fruta (163 Kcal) 6
	Mix Repollo, poroto verde, Zanahoria	Lechuga, Tomate, Coliflor	Lechuga huevo, Brócoli, Pepino	Repollo, Tomate, Apio	Lechuga, Tomate, poroto verde
1	Bolitas de carne con mix de ensalada (251 kcal)	Tomate relleno de pollo y verduras con ensaladas (215 kcal)	- Cerdo al jugo con ensaladas (288 kcal)	- Ensalada naturista con pollo a la plancha (239 Kcal)	- Pescado con ensaladas (278 Kcal)
2	Tortilla de zapallito italiano con verduras salteadas (341 Kcal)	- Lentejas parmesanas (378 Kcal)	Omelette de verduras con papas (328 kcal)	- Guiso de porotos verdes con quinoa (312 Kcal)	- Empanada vegetariana (304 Kcal)
	Mouse de chocolate (122 Kcal) 9	Fruta de la estación (70 Kcal) 10	Arroz con leche (121 Kcal) 11	Brocheta de fruta (109 Kcal) 12	Profiteroles (198 Kcal) 13

1: HIPOCALORICO 2:VEGETARIANO

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Mix repollo, Apio, Zanahoria	Lechuga berros, Tomate, Brócoli	Lechuga, Apio, Chilena	Repollo, Betarraga, Zanahoria	Lechuga, Habas, Zanahoria
1	- Pollo arvejado con mix de ensaladas (294 Kcal)	- Vegetariano con palmito y huevo duro (244 Kcal)	- Naturista con queso (244 Kcal)	- Croqueta de atún con verduras al horno (252 Kcal)	- Filete de pollo con ensaladas (294 kcal)
2	Tortilla de acelga con arroz (341 Kcal)	- Tacos de porotos negros (298 Kcal)	- Garbanzos (331 Kcal)	- Minestrone (295 Kcal)	- Fricasé de verduras (223 Kcal)
	Bavaroise (198 Kcal) 16	Queque de yogurt (237 Kcal) 17	Sémola con leche (121 Kcal) 18	Fruta de la estación (70 Kcal) 19	Budín de pan (153 Kcal) 20
	Repollo, Choclo, Apio	Lechuga, Tomate, poroto verde	Lechuga, Chilena, Zanahoria	Repollo, Pepino, brócoli	Lechuga Pimentón, Tomate, Coliflor
1	- Rollitos de jamón rellenos de huevo con ensaladas (244 kcal)	Bolitas de carne con mix de ensalada (251 kcal)	Merluza con panaché de verduras (254 Kcal)	Carne al jugo con mix de ensaladas (266 Kcal)	- Ensalada Cesar de pollo (288 Kcal)
2	- Quiche de verduras (310 Kcal)	- Hamburguesa de garbanzos con papas doradas (312 Kcal)	- Panqueques florentinos (264 Kcal)	- Zapallito italiano relleno con arroz y carne de soya (245 Kcal)	- Omelette con verduras salteadas (308 kcal)
	Duraznos en conserva (154 kcal) 23	Brazo de reina (200 kcal) 24	Helado (188 Kcal) 25	Kuchen de pera (164 Kcal) 26	Fruta de la estación (70 Kcal) 27

MARZO

El menú incluye además Jalea, fruta natural, pan, jugo y agua



1: HIPOCALORICO 2:VEGETARIANO

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Repollo, Zanahoria, brócoli	Lechuga, Brócoli, Apio			
1	- Hamburguesa de vacuno con ensaladas (302 Kcal)	- Tomicán (253 Kcal)			
2	- Fajitas de porotos negros (298 Kcal)	- Lasaña de verduras (344 Kcal)			
	Mouse de chocolate (131 Kcal) 30	Fruta de la estación (70 Kcal) 31			

*INSCRIPCIÓN HASTA 10:00 DEL MISMO DÍA

DATOS DE TRANSFERENCIA
CUENTA VISTA (CHEQUERA ELECTRONICA)
BANCO ESTADO
N° 316-7-023142-1
NOMBRE: EASY FOOD CASINO LTDA
RUT: 76.454.639-3
MAIL: casinosaintpaul@easyfoodcasino.cl

VALOR: \$3.200

CONTACTO: MONICA VERGARA +56957215662
ADMINISTRADORA CASINO
O DANIELA GIANCASPERO +56984482275

Daniela Giancaspero
Nutricionista