

MINUTA CASINO RAYEN MAHUIDA MES DE JULIO DEL 2019

DIA	ENSALADAS CRUDAS Y COCIDAS/ SOPAS Y CREMAS	PLATO DE FONDO	ACOMPAÑAMIENTO	POSTRES
LUNES 1 DE JULIO	Variedad de 5 ensaladas/Crema de verduras	Lasaña vegetariana		Manzana cocida
		Aporte Total		730calorías 28 gr/proteínas
MARTES 2 DE JULIO	Variedad de 5 ensaladas	Lentejas con arroz Garbanzos con arroz		Fruta Estación
		Aporte Total		780Calorías 31gr/proteínas
MIERCOLES 3 DE JULIO	Variedad de 5 ensaladas	Zapallo relleno pollo o carne	Con arroz Blanco	Flan de Vainilla
		Aporte Total		760calorías 32 gr/proteínas
JUEVES 4 DE JULIO	Variedad de 5 ensaladas	Charquicán vegetariano		Ensalada de frutas
		Aporte Total		730Calorías 28gr/proteínas
VIERNES 5 DE JULIO	Variedad de 5 ensaladas/ Crema de pollo	Tortillas de acelga	Papas doradas	Jalea de Frambuesa
		Aporte Total		720Calorías 26gr/proteínas

MINUTA CASINO RAYEN MAHUIDA MES DE JULIO DEL 2019

DIA	ENSALADAS CRUDAS Y COCIDAS/ SOPAS Y CREMAS	PLATO DE FONDO	ACOMPAÑAMIENTO	POSTRES
LUNES 8 DE JULIO	Variedad de 5 ensaladas	Guiso zapallo italiano	Papas rusticas al horno	Panqueque con manjar
		Aporte Total		760Calorías 32gr/proteínas
MARTES 9 DE JULIO	Variedad de 5 ensaladas	Lentejas y porotos		Peras o manzanas cocidas con salsa de chocolate
		Aporte Total		780Calorías 31gr/proteínas
MIÉRCOLES 10 DE JULIO	Variedad de 5 ensaladas/Crema de verduras	Espirales	Salsa boloñesa Salsa blanca	Plátanos con miel de palma
		Aporte Total		750Calorías 32gr/proteínas
JUEVES 11 DE JULIO	Variedad de 5 ensaladas	Tortillas de zanahoria	Papas al horno	Frutas de la estación
		Aporte Total		720Calorías 26gr/proteínas
VIERNES 12 DE JULIO	Variedad de 5 ensaladas	Cazuela de Pollo		Jalea Frutas de la estación
		Aporte Total		720Calorías 32gr/proteínas

MINUTA CASINO RAYEN MAHUIDA MES DE JULIO DEL 2019

DIA	ENSALADAS CRUDAS Y COCIDAS/ SOPAS Y CREMAS	PLATO DE FONDO	ACOMPANAMIENTO	POSTRES
LUNES 29 DE JULIO	Variedad de 5 ensaladas	Lentejas con huevo frito		Mote con huesillos
		Aporte Total		780calorías 35 gr/proteínas
MARTES 30 DE JULIO	Variedad de 5 ensaladas	Cazuela de pollo		Fruta estación
		Aporte Total		720calorías 30 gr/proteínas
MIÉRCOLES 31 DE JULIO	Variedad de 5 ensaladas/Crema de zapallo	Lasaña	Con salsa roja salsa blanca	Frutas de la estación
		Aporte Total		760Calorías 34gr/proteínas

***LAS AGUAS ESTÁN INCLUIDAS TODOS LOS DÍAS EN SUS DISTINTAS VARIEDADES: LIMÓN, PEPINO, NARANJA Y SIN SABOR.**

***PLATOS HIPOCALORICOS (DISPONIBLE TODOS LOS DIAS A SOLICITUD ANTES DE LAS 09:00 MAÑANA EN ADMINISTRACIÓN).**