



MINUTA DEL MES DE JUNIO



Señor Apoderado: Además de saludar, damos a conocer minuta de mes de Junio, la cual se entrega en el casino de nuestro colegio y tiene un valor de \$ 40.000.- Correspondiente a 16 días por \$2.500 c/u. (Desde el día 3 al 27 de Junio, de lunes a jueves). **Nota:** Se debe adquirir en secretaría de dirección.

El menú incluye: Entrada, Plato principal, postre y pan.

Lunes 03	Martes 04	Miércoles 05	Jueves 06
Palta Reina Cazuela de vacuno Crema de chocolate y naranjas confitadas	Tortilla Española con gazpacho andaluz Paella mixta. Merengue Vasco	Croquetas de atún y vegetales. Pantrucas estilo colonial. Leche nevada	Salad bar Porotos guisados con longaniza Buffet de postres y frutas de la estación.
Lunes 10	Martes 11	Miércoles 12	Jueves 13
Panqueque york / consomé reina Budín de zapallo italiano con papas doradas. Mousse de frambuesas	Piquillos rellenos (pimentones) Cocido Madrileño Flan con salsa de naranjas valencianas.	Ensalada chacarera con tortilla de zanahoria. Cazuela de cerdo con chuchoca Calzones Rotos	Potage de verduras Pollo con champiñones y buffet de acompañamientos. Turrón con nueces y salsa Carmenera
Lunes 17	Martes 18	Miércoles 19	Jueves 20
Tomate Relleno Guiso de lentejas con longaniza Leche asada.	Escalivada Callitos a la madrileña con papas bravas. Frutas escalfadas a la sevillana	Empanadas de pino. Ajiaco de la zona central. Selección de dulces de la Ligua.	Tortilla de vegetales Lasaña a la boloñesa Manjarate de Achiga.
Lunes 24	Martes 25	Miércoles 26	Jueves 27
Salad Bar Suprema de pollo al Coñac con papas asadas. Selección de postres de frutas.	Gazpacho con tapas escalivadas Arroz a la Valenciana Crema Catalana.	Consomé Reina y ensalada a la chilena Pastel de choclo Buffet de postres chilenos	Salad Bar Pulpa de cerdo asada con salsa de mostaza y miel Buffet de acompañamientos. (arroz, pastas.) Eclair de café y vainilla.

SABIAS QUE NUTRICIONALMENTE Las legumbres presentan poca grasa y un bajo índice glicémico, lo que sumado a los altos valores de fibra, ayudan a estabilizar los niveles de azúcar e insulina en la sangre que, en altos niveles son característicos de enfermedades como la diabetes y el sobrepeso.