



CESFAM V.M.F.

SEMANA DEL 01 AL 05 DE ABRIL

ENTRADA

ALTERNATIVAS	LUNES 01	MARTES 02	MIERCOLES 03	JUEVES 04	VIERNES 05
SOPAS O CREMAS	Sopa de carne con fideos	Crema de espárragos	Sopa de verduras con huevo	Crema de choclo	Sopa de vacuno con arroz
ENSALADA	Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar

PLATO DE FONDO

ALTERNATIVAS	LUNES 01	MARTES 02	MIERCOLES 03	JUEVES 04	VIERNES 05
MENU NORMAL	Ss. de ave al curry con arroz árabe	Longaniza con porotos guisados pechuga grille con espagueti	Pastel de papas	Chuleta grille con quifaros en Ss.	Lomo Grille con ss. de champiñones y papas fritas con budín bicolor
MENU HIPOCALORICO	Churrasco con ensalada de arroz	Pechuga grille con puré tortilla de porotos verdes	Saguettis con verduras salteadas y juliana de carne	Croqueta de pescado con tortilla de zanahoria	
MENU VEGETARIANO	Croqueta de legumbre con ensalada de arroz	Porotos guisados	Zapallo italiano gratinado con papa al vapor	Croqueta de proteína vegetal con tortilla de zanahoria	

POSTRES

ALTERNATIVAS	LUNES 01	MARTES 02	MIERCOLES 03	JUEVES 04	VIERNES 05
PREPARADOS	Fruta de estación Bar de postres				



CESFAM V.M.F.

SEMANA DEL 08 AL 12 DE ABRIL

ENTRADA

ALTERNATIVAS	LUNES 08	MARTES 09	MIERCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
SOPAS O CREMAS	Sopa de verduras con huevo	Crema de champiñones	Consomé de carne con arroz	Crema de verduras	Consomé de ave con fideos
ENSALADA	Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar

PLATO DE FONDO

ALTERNATIVAS	LUNES 08	MARTES 09	MIERCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
MENU NORMAL	Carbonada vacuno	Cerdo asado con arvejas guisadas Cerdo asado con espirales en Ss.	Pechuga en salsa piamontesa con arroz jardinera	Salsa boloñesa espagueti	Salmon al horno con Ss. de alcaparra y papas duquesas
MENU HIPOCALORICO	Pastel de verduras con carne y papa al vapor	Pescado con salpicón de verduras	Carne asada con guiso de verduras	Pechuga grille con tortilla de acelga	
MENU VEGETARIANO	Pastel de verduras con carne vegetal y papa al vapor	Omelette de champiñones con tortilla de acelga	Hamburguesa de vegetales con guiso de verduras	Arvejas guisadas con huevo frito	

POSTRES

ALTERNATIVAS	LUNES 08	MARTES 09	MIERCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
PREPARADOS	Fruta de estación Bar de postres				



CESFAM V.M.F.

SEMANA DEL 18 AL 22 DE ABRIL

ENTRADA

ALTERNATIVAS	LUNES 18	MARTES 19	MIERCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
SOPAS O CREMAS	Sopa de carne con fideos	Crema de espárragos	Sopa de verduras con huevo	Crema de choclo	Sopa de vacuno con arroz
ENSALADA	Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar

PLATO DE FONDO

ALTERNATIVAS	LUNES 18	MARTES 19	MIERCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
MENU NORMAL	Longaniza con lentejas guisada Pechuga con arroz choclo	Estofado de cerdo	Lasaña boloñesa	Croqueta de pescado con puré	Pavo con ss. a la pimienta con tortilla española
MENU HIPOCALORICO	Pechuga grille con tortilla de verduras	Ens Mediterranea Pechuga grille en juliana	Tacos de ave con verduras y guacamole	Churrasco con budín de verduras	
MENU VEGETARIANO	Lentejas con huevo duro	Ens Mediterranea con quesillo	Tacos con verduras y guacamole	Croqueta de carne de soya con budín de everduras	

POSTRES

ALTERNATIVAS	LUNES 18	MARTES 19	MIERCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
PREPARADOS	Fruta de estación Bar de postres				



CESFAM V.M.F.
SEMANA DEL 25 AL 29 DE ABRIL

ENTRADA

ALTERNATIVAS	LUNES 25	MARTES 26	MIERCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
SOPAS O CREMAS	Sopa de verduras con huevo	Crema de champiñones	Consomé de carne con arroz	Crema de verduras	Sopa de ave con fideos
ENSALADA	Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar

PLATO DE FONDO

ALTERNATIVAS	LUNES 25	MARTES 26	MIERCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
MENU NORMAL	Cerdo al jugo con espagueti en salsa	Pescado al jugo con puré	Cazuela de ave	Juliana de carne con garbanzos Juliana de carne con arroz	Lomo de cerdo Bbq con papas fritas y verd salteadas
MENU HIPOCALORICO	Ensalada primaveral con juliana de ave	Croqueta de carne con budín de zapallo	Pechuga grille con tortilla de verduras	Budín de pescado con papas rústicas	
MENU HIPOCALORICO	Ensalada primaveral Huevo duro	Panqueque florentino con carne vegetal	Tortilla de verduras con puré	Garbanzos guisados	

POSTRES

ALTERNATIVAS	LUNES 25	MARTES 26	MIERCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
PREPARADOS	Fruta de estación Bar de postres				