COLEGIO
SAN FRANCISCO DE ASIS

SEPTIEMBRE 2025

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	1-Sep-25	**2-Sep-25**	**3-Sep-25**	**4-Sep-25**	**5-Sep-25**
ENTRADA	Tomates y pepinos	Quesillo, lechuga con zanahoria rallada	Brócoli y lechuga con tomate	Zapallo italiano grillado, y tomate	Repollo rallado con zanahoria y tomates
PLATO DE FONDO	Ravioles	Charquicán	Pollo arvejado con puré	Porotos	Carne al horno con arroz árabe
POSTRE	Manzana	Plátano	Tutti Frutti	Naranjas	Pie de limón
HIPOCALÓRICO	**PLATO CALIENTE** Hamburguesas caseras acompañado de pasta integral + ensalada	Croquetas de atún con **Ensalada**: apio, palta, tomate, pepino, betarraga y choclo	**PLATO CALIENTE** Pollo arvejado con quinoa y ensaladas	Tortilla de zanahoria con molde de arroz rojo. **Ensalada**: Lechuga, apio, zap italiano grillado y tomate.	**PLATO CALIENTE** Carne al horno con pasta integral y verduras salteadas
	8-Sep-25	**9-Sep-25**	**10-Sep-25**	**11-Sep-25**	**12-Sep-25**
ENTRADA	Tomates con pepino	Lechuga y zanahoria rallada	Jamón, apio con tomates	Espinaca, pimentón y tomates	**CELEBRACIÓN FIESTAS PATRIAS**
PLATO DE FONDO	Budín de atún con arroz	Pastel de papas	Pollo asado con arroz chaufán	Boloñesa con corbatitas	
POSTRE	Mandarinas	Pera	Plátano	Postre rico	
HIPOCALÓRICO	Budín de atún con **Ensalada**: Mix de lechugas, pepinos, tomates, zanahoria y quinoa.	**PLATO CALIENTE** Zapallito italiano relleno de carne con molde arroz integral y tomate asado	Pollo a la plancha con **Ensalada**: lechuga, zanahoria, tomate, palta y papas rústicas	Wrap de carne y verduras con **Ensalada**: Lechuga, tomate y palta	
	15-Sep-25	**16-Sep-25**	**17-Sep-25**	**18-Sep-25**	**19-Sep-25**
ENTRADA	**VACACIONES SEPTIEMBRE**				
PLATO DE FONDO					
POSTRE					
HIPOCALÓRICO					
	22-Sep-25	**23-Sep-25**	**24-Sep-25**	**25-Sep-25**	**26-Sep-25**
ENTRADA	Lechuga con choclo - palmitos	Tomates con zanahoria rallada	Wraps de atún con lechuga	Mini césar	Tomates y pepinos
PLATO DE FONDO	Hot Dogs	Asado alemán con arroz árabe	Salsa alfredo con mostaccioli	Lentejas	Chapsui de pollo con papas fritas
POSTRE	Manzana	Uvas	Plátano	Tutti frutti	Apple crumble
HIPOCALÓRICO	Wrap de pollo y verduras con **Ensalada**: Lechuga y tomate.	**PLATO CALIENTE** Albóndigas en salsa de tomate + molde de arroz integral y ensaladas	Ensalada César	**PLATO CALIENTE** Berenjenas asadas con molde de arroz integral + ensaladas (Sopa)	**PLATO CALIENTE** Pollo asado con camote rústico y ensaladas