



UCSC

aramark

MINUTA ALMUERZO ESTUDIANTES

SEMANA DEL 31 DE AGOSTO AL 04 DE SEPTIEMBRE



DÍA	SOPA / CREMA	SALAD BAR	PLATO FONDO	ACOMPAÑAMIENTO	HIPO-CALÓRICO	VEGETARIANO	POSTRES
LUNES	Crema de choclo	- Lechuga - Apio - Repollo con zanahoria	- Cancato de merluza - Pollo al jugo	- Quinoa primavera - Spaghetti al perejil	Ensalada wraps de atún	Garbanzos al curry	- Fruta natural - Flan de caramelo - Jalea sabor frambuesa
MARTES	Sopa carolina	- Lechuga - Betarraga rallada - Espinaca con pimenton	- Arvejitas guisadas con vienasas - Croqueta de jurel	- Arroz Árabe - Puré de papas	Pechuga de pavo a la plancha con arroz integral	Torta panqueques de verduras	- Fruta natural - Jalea de naranja - Mousse chocolate
MIÉRCOLES	Crema de verduras	- Lechuga - Coliflor - Zapallo italiano con tomate	- Carne al merken - Ragout de cerdo	Corbatitas con sofrito	Omelette de granjero y verduras ahumadas	Tortilla de acelga con queso	- Fruta natural - Arroz con leche - Jalea de cereza
JUEVES	Sopa natural de carne con sémola y perejil	- Mix tradición - Cous Ccous con verduras - Pepino	- Pechuga de pollo escabechada - Stroganoff de vacuno	- Arroz primavera - Papas lyonesa	Pechuga de pollo a la plancha con escalivada con cous cous al oliva	Burrito con porotos negros y guacamole	- Fruta natural - Leche asada - Queque yoghurt
VIERNES	Crema de zapallo italiano natural	- Lechuga - Brócoli - Zanahoria rallada	- Porotos a la chilena con chorizo - Salsa bontux	Mostaccioli al perejil	Carne al jugo con ensaladas	Guiso de zapallo italiano con carne vegetal	- Fruta natural - Rollo de chocolate con manjar - Natilla de vainilla