

# COLEGIO CUMBRES

Agosto 2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				<b>01</b> Lechuga Escarola Betarraga Cocida Zanahoria Rallada Choclo con Arvejas Crema de Tomate Tacos con Carne y Guacamole Churrasco Vacuno Guiso de Zapallo Italiano Arroz Ensalada con Atun Fruta de Invierno Ensalada de Frutas Jalea Diet Duraznos al Jugo Tartaleta de Frutas
<b>04</b> Lechuga Escarola Acelga con Crutones Zanahoria Rallada Repollo Mixto Sopa de Verduras con Huevo Pollo al Jugo Omellete de Champiñon Queso Arroz Verduras al Oliva Ensalada Huevo Relleno Fruta de Invierno Ensalada de Frutas Jalea Diet Queque de Vainilla Leche Nevada	<b>05</b> Mix Cuatro Estaciones Tomate Betarraga Cilantro Quinoa con Verduras Crema de Espargagos Carne de Vacuno Asada Porotos Estofados Papas al Perejil Verduras Salteadas Wraps de Atún (Relleno Tomate/Palta) Fruta de Invierno Macedonia de Frutas Jalea Diet Profiteroles con Pastelera Panacota de Maracuya	<b>06</b> Mix Lechugas Habas con Cilantro Choclo Cochayuyo con Cebolla Sopa de Cebolla Salsa Boloñesa Goulash de Ave Quifaros Flan de Acelga y Zanahoria Brochetas de Pollo con Ensaladas Fruta de Invierno Macedonia de Frutas Jalea Diet Brownie de Chocolate Sémola con Leche Salsa Caramelo	<b>07</b> Lechuga Escarola Papas Mayo Apio Porotos Verdes Crema Finas Hierbas Pechuga de Ave al Limón Escalopa de Quesillo Arroz Arabe Verduras con Cous Cous Ensalada Árabe Fruta de Invierno Macedonia de Frutas Jalea Diet Brownie de Chocolate Sémola con Leche Salsa Caramelo	<b>08</b> Lechuga Escarola Cebolla Asada Tomate Espinaca con Sesamo Sopa de Caracolititos con Huevo Hamburguesa Tomate-Lechuga-Palta Merluza Napolitana Pure Mixto Ensalada Alfredo Cous Cous Fruta de Invierno Duraznos al Jugo Jalea Diet Kuchen de Miga Suspiro de Manjar
<b>11</b> Mix Cuatro Estaciones Tomate Betarraga con Sésamo Apio con Manzana Crema de Champiñones Carne al Jugo Charquican de Verduras con Huevo Espirales Tricolor Tomate Relleno Jamón de PAVO Fruta de Invierno Ensalada de Frutas Jalea Diet Brazo de Reina Yogurt con Cereal	<b>12</b> Lechuga Escarola Zanahoria Rallada Pebre Tomate Insalatta Sopa Pastinas con Huevo Pastel de Papas Croqueta de Atún Flan de Porotos Verdes Ensalada Árabe Fruta de Invierno Macedonia de Frutas Jalea Diet Panqueque con Mermelada Arroz con Leche	<b>13</b> Mix Tradición Cebolla Asada Repollo Blanco con Cilantro Choclo Crema de Zapallo Chapsui Mixto Pastel de Zapallito Italiano Arroz Chino Ensalada del Chef Fruta de Invierno Ensalada de Frutas Jalea Diet Tartaleta de Fruta Suspiro Limeño	<b>14</b> Lechuga Escarola Tomate-Perejil Betarraga Rallada con Sésamo Mix de Pimentones Consomé de Ave Pavo Asado Panqueques Florentinos Papas Leonesa Ensalada Cesar con Pollo Fruta de Invierno Macedonia de Frutas Jalea Diet Torta Tres Leches Leche Asada	<b>15</b> Lechuga Escarola Tomate Betarraga Rallada Sésamo Cochayuyo con Perejil Sopa de Pollo con Fideos Pizza Napolitana Lomito de Cerdo Arroz Primavera Ensalada Cesar Fruta de Invierno Macedonia de Frutas Jalea Diet Duraznos al Jugo Torta de Yogurt Bavaois de Cafe
<b>18</b> Lechuga Escarola Apio Zanahoria Rallada Cole Slow Sopa Finas Hierbas Pollo al Jugo Omellete de Chacarero Puré de Papas a la Crema Bouquetier de Verduras Ensalada Naturista con Huevo y Palmitos Fruta de Invierno Ensalada de Frutas Jalea Diet Queque de Chocolate Semola con Leche	<b>21</b> Mix Cuatro Estaciones Tomate Betarraga Cubo Habas con Cebolla Crema de Zanahoria Jengibre Fajita Carne/Pollo Carbonada de Vacuno Arroz Ensalada Mediterranea Queso Fresco y Quinoa Fruta de Invierno Macedonia de Frutas Jalea Diet Torta Selva Negra Mousse de Platano Casero	<b>20</b> Mix de Lechuga Zapallo Italiano Salteado Brócoli-Colliflor Cous Cous con Verduras Sopa de Pollo con Sémola Albondiga Atomatada Garbanzos Guisados Spaguettis Verduras a la Mantequilla Ensalada de Pollo Grillé Fruta de Invierno Ensalada de Frutas Jalea Diet Colagial Leche Nevada	<b>21</b> Lechuga Escarola Choclo Repollo Blanco Betarraga Cotonones Crema de Verduras Pechuga de Ave Bourguignon Merluza Vizcaina Papas Doradas Flan de Verduras Ensalada Queso y Jamón de Pavo Fruta de Invierno Macedonia de Frutas Jalea Diet Strudel de Manzana Panacota de Frambuesa	<b>22</b> Lechuga Escarola Tomate Betarraga Rallada Sésamo Cochayuyo con Perejil Sopa de Pollo con Fideos Pizza Napolitana Lomito de Cerdo Arroz Primavera Ensalada Cesar Fruta de Invierno Macedonia de Frutas Jalea Diet Duraznos al Jugo Torta de Yogurt Bavaois de Cafe
<b>25</b> Lechuga Escarola Tomate Betarraga Cubo Apio con Aceituna Crema de Espinacas Lomito Cerdo Escalopa de Quesillo Arroz con Ciboulette Flan de Porotos Verdes Ensalada Griega Fruta de Invierno Ensalada de Frutas Jalea Diet Brazo de Reina Maicena con Leche Salsa Caramelo	<b>26</b> Miz Lechugas Repollo Blanco con Cilantro Zanahoria Rallada Poroto Verde Sopa de Carne con Fideos Lasaña Boloñesa Ragout de Ave Puré de Papas a la Crema Verduras al Wok Ensalada Thai Fruta de Invierno Macedonia de Frutas Jalea Diet Calzones Rotos con Azucar Flor Leche Nevada	<b>27</b> Lechuga Escarola Tomate Acelga Crutones Cebolla Asada Crema de Zanahoria al Curry Carne al Jugo Lentejas con Vienesas de Ave Fideos Tricolor Ensalada Naturista con Queso Chacra Fruta de Invierno Ensalada de Frutas Jalea Diet Tartaleta de Frutas Bavaois de Frambuesa	<b>28</b> Lechuga Escarola Repollo / Zanahoria Betarraga Cubo con Sésamo Choclo Consomé de Aves Hamburguesa de Vacuno Casera Tortilla Española Arroz Perla Ensalada Jamón y Queso Fruta de Invierno Macedonia de Frutas Jalea Diet Queque de Yogurt Leche Asada	<b>29</b> Mix Cuatro Estaciones Apio Espinaca con Sésamo Porotos Negros Crema de Zapallo Empanadas de Queso Reineta a la Plancha Tortilla de Verduras Tomate Relleno Atún Fruta de Invierno Ensalada de Frutas Jalea Diet Cocadas Flan de Caramelo



**EN EL MES DEL DEPORTE,  
ACTÍVATE CON ESTOS TIPS:**

Elige una actividad física que disfrutes, de esta forma te motivaras a realizarla por un largo tiempo.

Si no cuentas con tiempo para ejercitarte, puedes realizar cambios simples en tu rutina, como preferir escaleras, hacer aseo enérgicamente, etc.

**TODOS NUESTROS ALIMENTOS SON SIN SELLOS.**

### ICONOGRAFÍA DE ALIMENTOS



SALAD BAR



SOPA O CREMA



PLATOS DE FONDO



MENÚ LIGHT



ACOMPÑAMIENTOS



POSTRE

### CONTACTO CASINO

Administrador: Andres Pizarro  
 Correo: pizarro-andres@aramark.cl  
 Telefono: +569 7779 1261

**\$4.934**  
VALOR ALMUERZO

*\*Menú sujeto a cambios según stock y distribución de materias primas.*