

**MINUTA  
 DICIEMBRE  
 CASINO UTAL  
 CAMPUS  
 LINARES**

<b>C O M U N</b>	<b>ALMUERZO</b>	<b>LUNES 3</b>	<b>MARTES 4</b>	<b>MIERCOLES 5</b>
	<i>Ensalada (2 opciones)</i>	LECHUGA	REPOLLO	BETARRAGA
		ARVEJA	CHOCLO	PRIMAVERA
		ZAP. ITALIANO	COLIFLOR	ZANAHORIA
	<i>Plato Fondo</i>	POLLO ARVEJADO	BISTEC DE CERDO	LENTEJAS GUIADAS CON ARROZ Y CHORIZO
		SALSA ALFREDO	PASTEL DE PAPAS	VACUNO A LA OLLA
		ARROZ ARABE	TORTILLA DE VERDURAS (italiano)	ARROZ AL CURRY
		CORBATITAS AL PEREJIL	—	—
	<i>Postres</i>	JALEA NARANJA	COMPOTA DE FRUTA	FLAN DE VAINILLA
		FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL
<i>Otros</i>	SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO	

<b>H I P O C A L O R I C O</b>	<b>ALMUERZO</b>	<b>LUNES 3</b>	<b>MARTES 4</b>	<b>MIERCOLES 5</b>
	<b>Ensalada (3 opciones)</b>	LECHUGA	REPOLLO	BETARRAGA
		ARVEJA	CHOCLO	PRIMAVERA
		ZAP. ITALIANO	COLIFLOR	ZANAHORIA
	<b>Plato Fondo</b>	POLLO AL HORNO	HAMBURGUESA CASERA	VACUNO A LA OLLA
		—	—	—
	<b>Postres</b>	JALEA NARANJA	COMPOTA DE FRUTA	FLAN DE VAINILLA
FRUTA NATURAL		FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	
<b>Otros</b>	SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO	

<b>V E G E T A R I A</b>	<b>ALMUERZO</b>	<b>LUNES 3</b>	<b>MARTES 4</b>	<b>MIERCOLES 5</b>
	<b>Ensalada (2 opciones)</b>	LECHUGA	REPOLLO	BETARRAGA
		ARVEJA	CHOCLO	PRIMAVERA
		ZAP. ITALIANO	COLIFLOR	ZANAHORIA
	<b>Plato Fondo</b>	MILANESA DE SOYA	PASTEL DE PAPAS VEGETARIANO	LENTEJAS GUIADAS CON ARROZ
		ARROZ ARABE	—	—
		CORBATITAS AL PEREJIL	—	—

A N O	<b>Postres</b>	JALEA NARANJA	COMPOTA DE FRUTA	FLAN DE VAINILLA
		FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL
	<b>Otros</b>	SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO

<b>JUEVES 6</b>	<b>VIERNES 7</b>	<b>LUNES 10</b>
LECHUGA	REPOLLO	BETARRAGA
POROTO VERDE	ARVEJA	CHOCLO
PEPINO	BROCOLI	ZAP. ITALIANO
RAGOUT DE CERDO	POLLO A LA MOSTAZA	CERDO AL HORNO
JULIANA DE PAVO	ASADO ALEMAN	SALSA BOLOGNESA
ESPIRALES EN SALSA	ARROZ AL MORRON	ENSALADA RUSA
PURE DE PAPAS	BUDIN DE VERDURAS (zanahoria)	TALLARINES EN SALSA
NATILLA	SEMOLA CON LECHE	JALEA FRUTILLA
FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL
SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO

<b>JUEVES 6</b>	<b>VIERNES 7</b>	<b>LUNES 10</b>
LECHUGA	REPOLLO	BETARRAGA
POROTO VERDE	ARVEJA	CHOCLO
PEPINO	BROCOLI	ZAP. ITALIANO
PAVO AL HORNO	PECHUGA A LA PLANCHA	TORTILLA DE ATUN
—	—	—
NATILLA	SEMOLA CON LECHE	JALEA FRUTILLA
FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL
SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO

<b>JUEVES 6</b>	<b>VIERNES 7</b>	<b>LUNES 10</b>
LECHUGA	REPOLLO	BETARRAGA
POROTO VERDE	ARVEJA	CHOCLO
PEPINO	BROCOLI	ZAP. ITALIANO
TORTILLA DE SOYA	BUDIN DE VERDURAS (zanahoria)	CARNE VEGETAL EN SALSA BOLOGNESA
ESPIRALES EN SALSA	ARROZ AL MORRON	TALLARINES EN SALSA
PURE DE PAPAS	—	—

NATILLA	SEMOLA CON LECHE	JALEA FRUTILLA
FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL
SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO

<b>MARTES 11</b>	<b>MIERCOLES 12</b>	<b>JUEVES 13</b>
REPOLLO	LECHUGA	BETARRAGA
PRIMAVERA	POROTO VERDE	ARVEJA
COLIFLOR	ZANAHORIA	PEPINO
POLLO AL JUGO	POROTOS CON TALLARINES Y CHORIZO	POLLO AL HORNO
PAVO AL HORNO	HAMBURGUESA CASERA	VACUNO A LA OLLA
GUISO DE VERDURAS (acelga)	PURE MIXTO	TORTILLA DE VERDURAS (acelga)
ARROZ CASERO	—	MOSTACHOLIS EN SALSA
LECHE NEVADA	ARROZ CON LECHE	COMPOTA DE FRUTA
FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL
SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO

<b>MARTES 11</b>	<b>MIERCOLES 12</b>	<b>JUEVES 13</b>
REPOLLO	LECHUGA	BETARRAGA
PRIMAVERA	POROTO VERDE	ARVEJA
COLIFLOR	ZANAHORIA	PEPINO
POLLO AL HORNO	HAMBURGUESA CASERA	VACUNO A LA OLLA
—	—	—
LECHE NEVADA	ARROZ CON LECHE	COMPOTA DE FRUTA
FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL
SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO

<b>MARTES 11</b>	<b>MIERCOLES 12</b>	<b>JUEVES 13</b>
REPOLLO	LECHUGA	BETARRAGA
PRIMAVERA	POROTO VERDE	ARVEJA
COLIFLOR	ZANAHORIA	PEPINO
HAMBURGUESA DE SOYA	POROTOS CON TALLARINES	TORTILLA DE VERDURAS (acelga)
GUIISO DE VERDURAS (acelga)	—	MOSTACHOLIS EN SALSA
ARROZ CASERO	—	—



LECHE NEVADA	ARROZ CON LECHE	COMPOTA DE FRUTA
FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL
SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO

<b>VIERNES 14</b>	<b>LUNES 17</b>	<b>MARTES 18</b>
LECHUGA	REPOLLO	BETARRAGA
CHOCLO	PRIMAVERA	POROTO VERDE
BROCOLI	ZAP. ITALIANO	COLIFLOR
CERDO A LA OLLA	POLLO ARVEJADO	BISTEC DE CERDO
MONGOLIANA DE AVE	ALBONDIGAS EN SALSA	GOULASH DE VACUNO
PAPAS DORADAS	CORBATITAS EN SALSA	ARROZ AL CURRY
ARROZ ARABE	BUDIN DE VERDURAS (coliflor)	PURE DE PAPAS
FLAN DE LUCUMA	JALEA NARANJA	NATILLA
FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL
SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO

<b>VIERNES 14</b>	<b>LUNES 17</b>	<b>MARTES 18</b>
LECHUGA	REPOLLO	BETARRAGA
CHOCLO	PRIMAVERA	POROTO VERDE
BROCOLI	ZAP. ITALIANO	COLIFLOR
PAVO AL HORNO	PECHUGA A LA PLANCHA	CROQUETA DE PESCADO
—	—	—
FLAN DE LUCUMA	JALEA NARANJA	NATILLA
FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL
SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO

<b>VIERNES 14</b>	<b>LUNES 17</b>	<b>MARTES 18</b>
LECHUGA	REPOLLO	BETARRAGA
CHOCLO	PRIMAVERA	POROTO VERDE
BROCOLI	ZAP. ITALIANO	COLIFLOR
MILANESA DE SOYA	ALBONDIGAS DE SOYA EN SALSAS	TORTILLA DE SOYA
PAPAS DORADAS	CORBATITAS EN SALSAS	ARROZ AL CURRY
ARROZ ARABE	BUDIN DE VERDURAS (coliflor)	PURE DE PAPAS

FLAN DE LUCUMA	JALEA NARANJA	NATILLA
FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL
SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO

<b>MIERCOLES 19</b>	<b>JUEVES 20</b>	<b>VIERNES 21</b>
LECHUGA	REPOLLO	BETARRAGA
ARVEJA	CHOCLO	PRIMAVERA
ZANAHORIA	PEPINO	BROCOLI
LENTEJAS GUISADAS CON ARROZ Y CHORIZO	RAGOUT DE CERDO	POLLO A LA MOSTAZA
SALSA ALFREDO	ASADO ALEMAN	VACUNO A LA OLLA
ESPIRALES AL PEREJIL	GUISO DE VERDURAS (italiano)	TALLARINES EN SALSA
—	ARROZ AL MORRON	PAPAS MAYO
SEMOLA CON LECHE	LECHE NEVADA	ARROZ CON LECHE
FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL
SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO

<b>MIERCOLES 19</b>	<b>JUEVES 20</b>	<b>VIERNES 21</b>
LECHUGA	REPOLLO	BETARRAGA
ARVEJA	CHOCLO	PRIMAVERA
ZANAHORIA	PEPINO	BROCOLI
POLLO AL HORNO	HAMBURGUESA CASERA	VACUNO A LA OLLA
—	—	—
SEMOLA CON LECHE	LECHE NEVADA	ARROZ CON LECHE
FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL
SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO

<b>MIERCOLES 19</b>	<b>JUEVES 20</b>	<b>VIERNES 21</b>
LECHUGA	REPOLLO	BETARRAGA
ARVEJA	CHOCLO	PRIMAVERA
ZANAHORIA	PEPINO	BROCOLI
LENTEJAS GUIADAS CON ARROZ	HAMBURGUESA DE SOYA	CARNE VEGETAL EN SALSA BOLOGNESA
—	GUIISO DE VERDURAS (italiano)	TALLARINES EN SALSA
—	ARROZ AL MORRON	

SEMOLA CON LECHE	LECHE NEVADA	ARROZ CON LECHE
FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL
SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO

<b>LUNES 24</b>	<b>MARTES 25</b>	<b>MIERCOLES 26</b>
LECHUGA		BETARRAGA
POROTO VERDE		ARVEJA
ZAP. ITALIANO		ZANAHORIA
CERDO AL HORNO		POLLO AL JUGO
PAVO AL HORNO		HAMBURGUESA CASERA
TORTILLA DE VERDURAS (italiano)		PURE FLORENTINO
ARROZ CASERO		BUDIN DE VERDURAS (zanahoria)
JALEA FRUTILLA		COMPOTA DE FRUTA
FRUTA NATURAL		FRUTA NATURAL
SOPA, PAN Y JUGO		SOPA, PAN Y JUGO



<b>LUNES 24</b>	<b>MARTES 25</b>	<b>MIERCOLES 26</b>
LECHUGA		BETARRAGA
POROTO VERDE		ARVEJA
ZAP. ITALIANO		ZANAHORIA
PAVO AL HORNO		PECHUGA A LA PLANCHA
—		—
JALEA FRUTILLA		COMPOTA DE FRUTA
FRUTA NATURAL		FRUTA NATURAL
SOPA, PAN Y JUGO		SOPA, PAN Y JUGO

<b>LUNES 24</b>	<b>MARTES 25</b>	<b>MIERCOLES 26</b>
LECHUGA		BETARRAGA
POROTO VERDE		ARVEJA
ZAP. ITALIANO		ZANAHORIA
TORTILLA DE VERDURAS (italiano)		HAMBURGUESA DE SOYA
ARROZ CASERO		PURE FLORENTINO
—		BUDIN DE VERDURAS (zanahoria)

JALEA FRUTILLA		COMPOTA DE FRUTA
FRUTA NATURAL		FRUTA NATURAL
SOPA, PAN Y JUGO		SOPA, PAN Y JUGO

<b>JUEVES 27</b>	<b>VIERNES 28</b>	<b>LUNES 31</b>
REPOLLO	LECHUGA	REPOLLO
CHOCLO	PRIMAVERA	POROTO VERDE
PEPINO	BROCOLI	ZAP. ITALIANO
CERDO A LA OLLA	POLLO AL HORNO	BISTEC DE CERDO
MONGOLIANA DE VACUNO	PAVO AL HORNO	LASAGNA BOLOGNESA
ARROZ ARABE	GUIISO DE VERDURAS (acelga)	ARROZ AL CURRY
MOSTACHOLIS EN SALSA	PAPAS DORADAS	—
FLAN DE CHOCOLATE	NATILLA	JALEA NARANJA
FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL
SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO

<b>JUEVES 27</b>	<b>VIERNES 28</b>	<b>LUNES 31</b>
REPOLLO	LECHUGA	REPOLLO
CHOCLO	PRIMAVERA	POROTO VERDE
PEPINO	BROCOLI	ZAP. ITALIANO
TORTILLA DE ATUN	POLLO AL HORNO	HAMBURGUESA CASERA
—	—	—
FLAN DE CHOCOLATE	NATILLA	JALEA NARANJA
FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL
SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO

<b>JUEVES 27</b>	<b>VIERNES 28</b>	<b>LUNES 31</b>
REPOLLO	LECHUGA	REPOLLO
CHOCLO	PRIMAVERA	POROTO VERDE
PEPINO	BROCOLI	ZAP. ITALIANO
MILANESA DE SOYA	TORTILLA DE SOYA	LASAGNA BOLOGNESA VEGETARIANA
ARROZ ARABE	GUIISO DE VERDURAS (acelga)	—
MOSTACHOLIS EN SALSA	PAPAS DORADAS	—

FLAN DE CHOCOLATE	NATILLA	JALEA NARANJA
FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL
SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO	SOPA, PAN Y JUGO