Instituto Hebreo

Noviembre 2025

TYOVICITIOIC ZOZO				
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Lechuga Escarola Betarraga Rallada Tomate Buffet de Fruta Crema de Zapallo Lasaña Napolitana Tortilla Tomate Queso Porotos a la Chilena Arroz Chapsui de Verduras Chinas Tomate Lasaña Napolitana Platano Tortilla de Tomate Variedad de Fruta Helado Centella Piña al Jugo	Lechuga Costina Choclo Pepino Buffet de Fruta Sopa de Carne Salsa Boloñesa Omelette de Esparragos Garbanzos Guisados Spaghettis - Arroz Blanco Verduras al Vapor Choclo Espirales con Salsa Boloñesa Naranja Omelette de Esparragos Fideos sin Gluten con Salsa Boloñesa Natural Variedad de Fruta Rollo Gitano Relleno con Fruta Mecedonia de Frutas	Lechuga Mix Hojas Tomate Chilena Ceviche de Porotos Negros Buffet de Fruta Caldillo de Merluza Humita en Olla Quiche Florentino Arroz Graneado Ratatouille Humita en Olla Variedad de Fruta Tartaleta Frutos Rojos Compota de Manzana Frutilla	Lechuga Costina Cole Slow Cebolla Asada Buffet de Fruta Sopa de Pollo Pollo Apanado Lentejas Guisadas Tortilla de Porotos Verdes Arroz al Cilantro - Quinoa Verduras a la Oliva Lechuga Pollo con Arroz Perla Queque de Chocolate Lentejas Guisadas Pollo sin Aliño con Arroz Variedad de Fruta Jalea Individual Macedonia	Lechuga Escarola Apio con Aceitunas Choclo Buffet de Fruta Crema de Verduras Croquetas de Atún Souflé de Zanahoria Lentejas Guisadas Puré de Papas - Arroz Blanco Verduras Asadas al Horno Lechuga Croqueta de Atún con Puré Jalea Individual Souflé de Zanahoria Croqueta de Atún con Papas Variedad de Fruta Leche Asada con Salsa Caramelo Duraznos al Jugo
Lechuga Escarola Mix Repollo Ensalada Israelí Buffet de Fruta Crema de Verduras Spaghettis con Salsa Choclo / Pomodoro / Pesto Tortilla de Verduras Lentejas Guisadas con Arroz Spaghettis - Arroz Verduras Asadas Lechuga Quifaros con Huevo Revuelto Yogurt Individual Tortilla de Verduras Fideos sin Gluten con Salsa Roja o Pesto Variedad de Fruta Manjarate Casero Durazno al Jugo	Lechuga Escarola Pepino Cilantro Betarraga Entera Buffet de Fruta Sopa de Carne Carne Mongoliana Merluza al Horno Garbanzos Guisados Arroz Perla - Cous Cous Verduras al Horno Tomate Carne con Arroz Queque de Arandanos Garbanzos Guisados Carne sin Aliño con Arroz Variedad de Fruta Queque de Arandanos Fruta de Temporada	Lechugas Mixtas Tomate Ciboulette Ceviche de Porotos Mixtos Buffet de Fruta Crema de Zapallo Pastel de Berenjena con Queso Omelette Champiñón Arroz al Cilantro Cous Cous con Verduras Omelette de Champiñon con Arroz Variedad de Fruta Semola con Leche Ciruelas con Mote	Lechuga Escarola Cole Slow Apio Naranja Buffet de Fruta Sopa de Carne Carne al Jugo Tortilla Choclo Queso Lentejas Guisadas con Arroz Papas Smile - Arroz Peperonata Lechuga Lentejas Guisadas con Arroz Jalea Individual Tortilla de Choclo Carne sin Aliño con Papas Smile Variedad de Fruta Helado Palito Durazno al Jugo	Lechuga Escarola Ensalada Israelí Repollo Morado Aliñado Buffet de Fruta Crema de Zanahoria Falafel en Pita con Hummus Quiche de Espinaca Cebolla Porotos con Riendas Arroz Graneado Verduras al Oliva Tomate Tortilla Queso con Arroz Naranja Narutal Falafel en Pita con Hummus Tortilla de Queso con Arroz Variedad de Fruta Suspiro Limeño Tartaleta de Frutos Rojos
Lechuga Escarola Betarraga Rallada Pepino Cilantro Buffet de Fruta Sopa de Pollo Wraps de Pollo Omelette Champiñon Lentejas Guisadas Arroz Blanco - Verduras Salteadas Verduras Asadas al Horno Lechuga Pollo con Arroz Jalea Individual Omelette Choclo Tortilla de Maiz con Pollo Variedad de Fruta Jalea Individual Piña al Jugo	Lechuga Costina Zanahoria con Cebolla Apio Tomate Buffet de Fruta Crema de Verduras Lasaña Napolitana Tortillón de Verduras Garbanzos Guisados Arroz Perla Verduras al Vapor Tomate Lasaña Napolitana Naranja Tortillón de Verduras Fideos sin Gluten con Salsa Variedad de Fruta Rollo Gitano Relleno con Fruta Fruta de Estación	Lechuga Costina Tomate Chilena Repollo Mixto Buffet de Fruta Sopa de Verduras Quiche de Cebolla Choclo Escalopa de Quesillo Papas Salteadas - Arroz Verduras Asadas Quiche de Cebolla Huevo con Arroz Variedad de Fruta Merengon de Mango Compota Ciruela con Mote	Lechuga Escarola Papas con Mayonesa Apio con Aceitunas Buffet de Fruta Sopa de Carne Chaumin de Vacuno Lentejas Guisadas Omelette Esparragos Arroz Blanco Verduras a la Oliva Lechuga Lentejas Guisadas Queque Marmoleado Omelette de Esparragos Carne sin Aliño con Fideos sin Gluten Variedad de Fruta Queque Marmoleado Chips Chocolate Macedonia	Lechuga Escarola Cole Slaw Tomate Buffet de Fruta Crema de Zapallo Pizza Queso Tomate Porotos Chilena Quiche de Espinaca, Cebolla, Queso Arroz Perla Zapallo Italiano Salteado Tomate Pizza con Queso Compota Maznana Envasada Porotos a la Chilena Pizza sin Gluten con Salsa de Tomates y Queso Variedad de Fruta Sémola con Leche Salsa Frambuesa Helado Palito
Lechuga Zanahoria Rallada Repollo Blanco Buffet de Fruta Crema de Verduras Salmon a la Soya Tortilla de Esparragos Lentejas con Arroz Arroz Perla - Puré de Papas Verduras al Horno Lechuga Huevo con Puré Yogurt Individual Tortilla de Esparrago con Arroz Salmón a la Plancha con Arroz Variedad de Fruta Yogurt Individual Durazno al Jugo	Lechuga Costina Betarraga Entera Porotos Verdes con Cilantro Buffet de Fruta Crema de Zapallo Quesadilla con Guacamole Omelette de Champiñon Queso Merluza al Jugo Arroz Verduras al Vapor Tomate Quesadilla con Queso Queque de Zanahoria Omelette de Champiñon Merluza sin Aliño con Arroz Variedad de Fruta Queque Zanahoria Compota de Frutilla	Lechuga Escarola Tomate Cebollin Porotos Negros con Cebolla Morada Perejil Buffet de Fruta Crema de Tomate Merluza Apanada Porotos Granados al Pilco Arroz Graneado Verduras con Cous Cous al Oliva Porotos Granados al Pilco Huevo con Arroz Variedad de Fruta Manzana Asada Kuchen de Durazno	Lechuga Costina Papas Mayonesa Cole Slaw Buffet de Fruta Crema de Champiñones Croquetas de Atún Tortilla de Tomate con Queso Lentejas Guisadas Arroz Perla - Spaghttis Verduras Asadas Lechuga Escarola Croquetas de Atun con Arroz Compota Manzana Envasada Lentejas Guisadas Croquetas de Atun con Arroz Variedad de Fruta Jalea Individual Macedonia de Frutas	Lechuga Tomate Cebolla Buffet de Fruta Sopa de Carne Sándwich Hamburguesa Vacuno Tortilla de Poroto Verde Porotos a la Chilena Arroz Guiso de Verduras Tomate Pollo con Arroz Naranja Tortilla de Poroto Verde con Arroz Sándwich con Pan sin Gluten con Hamburguesa Variedad de Fruta Helado Centella Queque Marmoleado



ICONOGRAFÍA DE **ALIMENTOS**



PLATOS DE FONDO

POSTRE GAN

Y 1° TURNO



POSTRE

VEGETARIANO









Administrador: Pamela Alvarez Correo: Alvarez-Pamela@aramark.cl Telefono: +562 2941 7945

CONTACTO CASINO

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

aramark

CELIACO