

Instituto Hebreo

Octubre 2025

[illegible]



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

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

Si no cuentas con tiempo para ejercitarte, puedes realizar cambios simples en tu rutina, como subir escaleras, hacer ascenso energéticamente, etc.

TODOS NUESTROS ALIMENTOS SON SIN SELLOS.

ICONOGRAFÍA DE ALIMENTOS

			
SALAD BAR	SOPA O CREMA	ACOMPAÑAMIENTOS	MENÚ LIGHT
			
PLATOS DE FONDO	POSTRE	ENSALADA GAN Y 1º TURNO	PLATO DE FONDO GAN Y 1º TURNO
			
POSTRE GAN Y 1º TURNO	VEGETARIANO	CELIACO	

CONTACTO CASINO

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

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