

San Pedro Nolasco

Marzo 2023

¿Cómo comprar almuerzos para el casino?

Compra los tickets a través de la web

www.mediterranea-educa.cl

Por favor compre con suficiente antelación para el correcto funcionamiento del servicio de en el casino.

¿Cómo opera el sistema?

Regístrese y cree su grupo familiar asociando a los alumnos a su cuenta. Compre tickets para el grupo.

En el casino los alumnos pasarán por un tótem biométrico que emitirá el ticket descontándolo del saldo disponible.

¿Qué es un grupo familiar?

Los grupos familiares están formados por uno o varios apoderados asociada a una lista de alumnos.

Es muy importante indicar que los alumnos no pueden formar parte de varios grupos familiares.

Los listados de alumnos por colegios están precargados en el sistema y son informados por el colegio. Si no encuentra el alumno póngase en contacto con soporte para poder revisar la situación.

mediterránea

Especialistas en servicios de alimentación

www.mediterranea-group.cl

 **mediterranea**

Información y consultas generales:

Por medio de una línea de atención donde poder resolver dudas y sugerencias con el servicio de comedor y de la compra de tickets.

Mail:

soporte.educa@mediterranea-group.cl

Teléfono:

+56 964251282

(horario de lunes a viernes de 9h a 16h)

Contacto en el colegio:

Si desea ponerse en contacto con el administrador del casino de su colegio puede hacerlo en el siguiente email:

administracionspnolasco@mediterranea-group.cl

¿Cómo se pagan los tickets?

A través de la plataforma webpay. La boleta será enviada a su email y también podrá ser descargada a través de la web.

**Valor del ticket
almuerzo 2023
4.300 pesos**

MINUTA ALMUERZO

Alumnos 1º a 4º Básico Colegio San Pedro Nolasco

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
SALAD BAR	Betarraga ⁰⁶	Apio ⁰⁷	Tomate con pepino ⁰⁸	Zapallo italiano al curry con sésamo ⁰⁹	Lechugas mixtas ¹⁰
SALSAS	Kétchup	Salsa yogurt ciboulette	Limoneta	Limoneta con cilantro	Limoneta con perejil
PLATO DE FONDO	Pollo saltado	Lentejas guisadas con quínoa	Merluza apanada	Pechuga de pollo arvejada	Strogonoff de vacuno
ACOMPÑAMIENTO	Arroz árabe		Guiso de verduras	Arroz perla	Puré de papas
POSTRES	Flan de lúcuma Variedad de fruta natural	Leche asada Variedad de fruta natural	Maicena con leche y caramelo / Variedad de fruta natural	Suspiro limeño / Variedad de fruta natural	Mousse de chocolate / Variedad de fruta natural
SALAD BAR	Repollo ¹³	Pepino ¹⁴	Tomate ¹⁵	Lechuga costina ¹⁶	Apio ¹⁷
SALSAS	Limoneta con pimienta	Limoneta con ciboulette	Limoneta con eneldo	Limoneta con cebollín	Limoneta con aceto
PLATO DE FONDO	Goulash de vacuno	Croqueta de atún	Porotos granados al pilco	Vacuno asado	Cerdo al jugo
ACOMPÑAMIENTO	Arroz graneado	Puré de papas		Chapsui de verduras	Papas doradas al orégano
POSTRES	Sémola con salsa de caramelo / Variedad de fruta natural	Natilla de chocolate almendras / Variedad de fruta natural	Bavarois de frambuesa Variedad de fruta natural	Flan de frutilla Variedad de fruta natural	Helado Variedad de fruta natural
SALAD BAR	Apio ²⁰	Choclo con arvejas ²¹	Lechuga costina ²²	Betarraga con cilantro ²³	Porotos verdes ²⁴
SALSAS	Dressing de soya	Salsa yogurt ciboulette	Limoneta	Salsa yogurt curry	Limoneta con perejil
PLATO DE FONDO	Vacuno arvejado	Cerdo mongoliano	Falafel con salsa de yogurt al ciboulette	Pechuga de pollo al limón	Merluza apanada
ACOMPÑAMIENTO	Puré de papas	Arroz chaufán	Mostaccioli	Panaché de verduras	Quífaros atomatados
POSTRES	Jalea con manzana / Variedad de fruta natural	Crema volteada / Variedad de fruta natural	Flan de chocolate Variedad de fruta natural	Leche nevada Variedad de fruta natural	Variedad de fruta natural / Bavarois de pina con salsa
SALAD BAR	Betarraga ²⁷	Lechugas mixtas ²⁸	Repollo mixto ²⁹	Pepino ³⁰	Tomate ³¹
SALSAS	Limoneta con pimienta	Limoneta con ciboulette	Limoneta con eneldo	Limoneta con cebollín	Limoneta con aceto
PLATO DE FONDO	Tomacán de vacuno	Lentejas a la parmesana	Croqueta de atún	Curry de pollo	Asado de vacuno
ACOMPÑAMIENTO	Papas chaucha		Puré de papas	Arroz graneado	Chapsui de verduras
POSTRES	Kuchen de manzana / Natilla de vainilla coco	Variedad de fruta natural / Suspiro limeño	Leche asada Variedad de fruta natural	Variedad de fruta natural Leche nevada	Arroz con leche Variedad de fruta natural

Los Cuatro pilares mediterráneos

Desde Mediterránea te presentamos un modelo de alimentación orientado a crear hábitos de comida saludables, a través de una elección responsable de los alimentos.

Calidad

Somos selectivos con la elección de materias primas, otorgando en las preparaciones culinarias cualidades como: sabor, olor, color, textura, forma y apariencia, tanto higiénicas como químicas.

Educación

Nos importa dar a conocer una alimentación balanceada, apoyado en porciones y gramajes adecuados según las necesidades de cada grupo etario.

Salud

Una alimentación equilibrada es fundamental para mantener el cuerpo y la mente sana, por lo que nuestra minuta se centra en promover hábitos de vida saludable desde la infancia.

Alimentación variada

Basada en:
Productos de temporada.
Disminuir el consumo de alimentos procesados. Aumentar el consumo de legumbres. Consumir diariamente frutas y verduras.

Si has comido...

Ensalada + carnes rojas + arroz
Ensalada + legumbres
Ensalada + pescado o huevo + papas
Ensalada + carnes blancas + fideos

... deberías cenar

Ensalada + pescado o huevo + papas
Ensalada + carnes blancas + fideos
Ensalada + carnes rojas + arroz
Ensalada + legumbre

Recomendaciones postres: fruta natural, ensalada de fruta, tutti frutti, postres lácteos sin azúcar añadida.