



Minuta Diciembre 2019

Administradora:
Enyi Enriquez

Tel: 538 19 04 / 311 627 80 08

E-mail: cafeteriamontemayor@gmail.com

Colegio: Montemayor

Pago PSE desde página web

Ingrese a nuestra
página web:

www.cresycatering.com
y dé clic en "Pago en Línea".

Pago PSE desde correo de notificación

Recibirá un correo de
notificación con su factura,
puede imprimirla (Laser) y
cancelar en el banco o pagar
desde la factura virtual dándo
clic en " Pague ahora ".



Semana	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1	Cubos de piña oro miel Sandwich de jamón y queso Jugo natural	Fresas en lajas Palito de queso Bebida chocolatada	Uvas Arepa de queso Jugo de natural	Banano Cereal de arroz cubierto de chocolate Leche	Manzana en lajas Arepa de chόcolo con quesito Jugo de natural
2	Cubos de mango Mini perro Jugo natural	Murrapo Flautas de queso Malteada de fresa	Mix de frutos rojos Sandwich de pan bola con quesito Jugo de natural	Murrapo Buñuelos Bebida chocolatada	Fresas Empanada de queso Jugo de natural
3					
4					
5					



Semana	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1	Crema de verduras Trozos de res Arroz blanco Papa al vapor Cubos de tomate rojo Jugo natural Dulce	Ajiaco Pollo desmechado Arroz blanco Banano y mazorca Cubos de aguacate Jugo natural Dulce	Sopa de tortilla Fajitas de res a la plancha Arroz blanco Monedas de guineo Zanahoria rallada Jugo natural Dulce	Cazuela de frijoles Carne desmechada y chicharrón Arroz blanco Maduro en cubos Ensalada campesina Jugo natural Dulce	Crema de lechuga Croquetas de pescado Arroz blanco Papas criollas Cubos de tomate y pepino Jugo natural Dulce
2	Sopa de hilos Fajitas de pollo crispy Arroz blanco Monedas de plátano calado Zanahoria rallada Jugo natural Dulce	Sopa de blanquillo Carne desmechada Arroz blanco Torta de chócolo Cubos de mango y fresa Jugo natural Dulce	Crema de ahuyama Carne en salsa boloñesa Pastas Dedos de queso Tomate y pepino Jugo natural Dulce	Frijoles Carne molida y chicharrón Arroz blanco Tajada de maduro Lechuga con zanahoria Jugo natural Dulce	Crema de zanahoria Fajitas de pollo Arroz blanco Patacón Cubos de tomate rojo y verde Jugo natural Dulce
3					
4					
5					

Semana **Lunes** **Martes** **Miércoles** **Jueves** **Viernes**

1

Crema de verduras
Cañón de cerdo en salsa o res a la plancha
Arroz blanco o con ajonjolí
Buñuelo de plátano o papas al vapor
Ensalada de la barra
Bebida
Dulce

Ajiaco
Pollo desmechado o cerdo en finas hierbas
Arroz blanco
Banano, mazorca, alcaparra y crema de leche
Ensalada de la barra
Bebida
Dulce

Sopa de tortilla
Pollo al grafin o res a las finas hierbas
Arroz blanco o moreno
Monedas de guineo o yuquitas al horno
Ensalada de la barra
Bebida
Dulce

Cazuela de frijoles
Carne desmechada, chicharrón y chorizo
Arroz blanco
Maduro en cubitos y maicitos
Ensalada de la barra
Bebida
Dulce

Crema de lechuga
Croquetas de pescado o pollo al limón
Arroz blanco o con tomate
Torta de banano o papas criollas
Ensalada de la barra
Bebida
Dulce

2

Sopa de hilos
Fajitas de pollo crispy o cerdo en cebolla caramelizada
Arroz blanco o verde
Dedos de yuca o monedas de plátano calado
Ensalada de la barra
Bebida
Dulce

Sopa de blancquillo
Carne desmechada o brochetas de pollo
Arroz blanco o con zanahoria
Torta de chócolo o o papas a la crema
Ensalada de la barra
Bebida
Dulce

Crema de ahuyama
Carne en salsa boloñesa o pollo al romero
Arroz blanco o pastas
Dedos de queso o papas duquesa
Ensalada de la barra
Bebida
Dulce

Frijoles
Carne molida, chicharrón, huevo y/o chorizo
Arroz blanco
Tajada maduro
Ensalada de la barra
Bebida
Dulce

Crema de zanahoria
Croquetas de atún o pollo a la naranja
Arroz blanco o con coco
Patacón o puré de papa criolla gratinado
Ensalada de la barra
Bebida
Dulce

3

4

5

Tradicional

En este programa se puede elegir un adecuado aporte calórico que cubre las necesidades físicas y fisiológicas según la edad escolar.

Compuesto por arepa (blanca, chόcolo o queso), huevos (En omelette, frito, revuelto o escaldado); queso mozzarella, cuajada, quesito salchichas o jamón, variedad de frutas; Bebidas (Milo, jugos naturales).

Desayunos

Granola
Cereales
Chococrispies
Yogurt
Zucaritas
Fresa
Fruta
Arepas
Típico
omelette
Huevo
Salchichas
Queso
Jamón
Chόcolo
Kumis
Leche
Milo
Mozzarella
Jugo

Ligero

Esta alternativa busca garantizar el consumo de un desayuno balanceado, saludable y suficiente.

Está compuesto por: Cereales (granola, choco kispis, zucaritas o froot loops); porción de fruta y bebida (yogurt, kumis o leche)





Alimentación Premium

Asados a la plancha



Lunes

Carne de Res, Cerdo o Pollo a la plancha, costilla, alitas de pollo (Bba, miel mostaza o picantes)
 Papas a la Francesa con paprika,
 Yuquitas fritas,
 Papa al vapor,
 Arepa blanca asada,
 Nachos con pico de gallo o guacamole
 Arroz Blanco (Opcional)
 Ensalada de la Barra
 Jugo Natural Bajo en Azúcar
Opción 2: Barra de pastas

Martes

Carne de Res, Cerdo o Pollo a la plancha, brocheta de carne o pollo,
 Papas criollas,
 Plátano asado,
 Mazorca asada,
 Papa al vapor con parmesano,
 Mix de arepas (Blanca y amarilla),
 Arroz blanco (Opcional)
 Ensalada de a barra
 Jugo natural bajo en azúcar
Opción 2: Enslada gourmet

Miércoles

Carne de Res, Cerdo o Pollo a la plancha, brocheta de carne o pollo,
 Cascos de papa,
 Patacones con hogaO,
 Puré de papa gratinado,
 Papa al vapor con parmesano,
 Platanitos chips
 Arroz blanco (Opcional)
 Ensalada de la barra en Azúcar
Opción 2: Punto mexicano

Jueves

Carne de Res, Cerdo o Pollo a la plancha, brocheta de carne o pollo,
 Papas criollas,
 Plátano asado,
 Mazorca asado,
 Papa al vapor con parmesano,
 Mix de arepas (Blanca y amarilla).
 Arroz Blanco (Opcional)
 Enslada de la barra
 Jugo natural bajo en azúcar
Opción 2: Barra de pastas

Viernes

Carne de Res, Cerdo o Pollo a la plancha, costilla, brocheta de carne o pollo y picada de carnes
 Papas a la francesa con paprika, yuquitas fritas,
 Papa al vapor,
 Arepa blanca asada,
 Nachos con pico de gallo o guacamole
 Arroz blanco (Opcional)
 Ensalada de la barra
 Jugo natural bajo en azúcar
Opción 2: Comida rápida

Este es el programa con mayor variedad ofrecido por CRES & Catering S.A.S. En este programa se tiene la opción de elegir entre todas las alternativas alimentarias ofrecidas diariamente en el servicio, tales como: asados a la plancha, barra de pasta, ensaladas gourmet, punto mexicano o menú escolar.

Asados a la plancha

El asado a la plancha cubre el mismo porcentaje de calorías que cubre un almuerzo completo. En este programa se maneja una minuta semanal ofreciendo variedad de carnes y opciones de acompañantes como: mazorca, plátano al horno, papas a la francesa, papa al vapor y arepa redonda. Además; se puede adicionar también arroz de manera opcional y acompañar de ensalada de la barra y diferentes tipos de bebidas.

Ensalada Gourmet

Esta alternativa alimentaria que se ofrece 1 vez por semana como estrategia para mejorar el consumo de frutas y verduras en el medio, ofreciendo diferentes tipos de ensaladas como: cesar con pollo, ensalada de pasta, de pollo Crunch y teriyaki, además de poder armar la ensalada al gusto cumpliendo las porciones establecidas por Nutrición con el fin de cumplir los requerimientos nutricionales necesarios.

Barra de pastas

Esta alternativa se ofrece 2 veces por semana como otra opción para salir de la rutina del almuerzo tradicional. Los usuarios podrán elegir entre pasta larga y corta, diferentes toppings como maicitos, jamón, pollo desmechado, queso parmesano, entre otros, además de diferentes tipos de salsas como bolognesa, carbonara, bechamel y napolitana, las cuales son elaboradas en el servicio de alimentación con ingredientes frescos y naturales, ideales para un adecuado crecimiento y desarrollo de los estudiantes.

Comida Rápida Sana Fast Good

Son comidas rápidas balanceadas que se ofrecen los viernes de cada semana como otra alternativa en la alimentación. Se caracterizan por tener ingredientes en su mayoría artesanales, carnes frías bajas en grasa y colorantes, productos integrales y aceites de buena calidad. Dentro de esta alternativa podemos encontrar: Wraps, sandwiches, hamburguesas, entre otras, todos estos acompañados de ensaladas y bebidas naturales.

Menú escolar

Nuestro menú garantiza una alimentación sana y equilibrada, favoreciendo un excelente crecimiento y desarrollo. Además, tiene en cuenta las necesidades alimentarias por grupos de edades, géneros, y las preferencias y rechazos de nuestra población.

Punto Mexicano

Se ofrece 1 vez a la semana comida mexicana como tacos, quesadillas y tortillas con diferentes toppings como: frijol refrito, pollo desmechado, carne molida y/o desmechada, queso mozzarella, guacamole, pico de gallo, acompañados de nachos, ensalada y una deliciosa bebida.

Desayuno
\$152.023

Nutrilonchera
\$133.072

Almuerzo
\$226.583

Desayuno + A.Premium
\$ 378.836

Desayuno + Almuerzo
\$354.859

Nutrilonchera + Almuerzo
\$341.672

Alimentación Premium
\$249.361

=

**Costos
programas**

=