

Opciones de menú

El Comedor ofrece las siguientes opciones de menús:

Producto	Detalle	Kinder a 2do grado	3er grado a 5to de secundaria
Menú del día	Precio regular	S/. 8.00	S/. 9.00
Menú del día	Precio preferencial*	S/. 7.00	S/. 8.00
Dieta Blanda	Precio regular	S/. 8.00	S/. 9.00
Dieta Blanda	Precio preferencial*	S/. 7.00	S/. 8.00
Dieta de Verduras	Precio**	S/.	10.00
Menú Especial	Precio ***	S/.	10.00
Menú Modificado	Precio ****	S/.	10.00

* sólo si se cancela por adelantado, ver "[Precio del Menú](#)" y "[Formas de Pago](#)".

** Abundante ensalada con carne del día, ver "[Opciones de menú](#)".

*** Plato especial disponible los martes, jueves y viernes para alumnas desde 3er grado hasta 5to de secundaria.

**** Menú especial según la necesidad de la alumna.

Detalle de las opciones

1. Menú del día:

Todos los días se cambia de recetas para que las niñas tengan una alimentación variada. Cada menú provee en promedio el 35% de las calorías diarias necesarias. Los menús son ricos en proteínas y siempre contiene frutas o verduras para aportar minerales y vitaminas.

El menú consta de:

- a) Entrada: ensalada, sopa u entrada especial*
- b) Segundo: proteína con un acompañamiento.
- c) Postre: fruta o postre del día. ** El festival de postre incluye: fruta, gelatina, canchita y postre del día.
- d) Refresco: refresco o jugo natural. ***

*En el caso de kínder a 2do grado, la entrada se suele servir con el segundo para que sea más sencillo que la niña pruebe las verduras y no se enfríe el segundo.

**el postre no se intercambia ni "guarda" para el día siguiente.

***También puede solicitar agua

El cronograma de los menús se publica de manera semanal o mensual en [nuestra web](#).

Para solicitar menú el padre o la madre debe enviarnos un correo electrónico con anticipación (al menos hasta el mismo día de consumo a las 11:00 a.m) a santaursula@pistacho.com.pe (Ver "Comunicación con el Comedor") y enviar una nota en la agenda si la alumna se encuentra en kínder o primaria. Para acceder al menú se debe aceptar los [términos y condiciones](#) detallados en la web.

Importante: las niñas que lo deseen, pueden repetir deseen (dependiendo de la disponibilidad) el segundo y el refresco; por lo mismo **no se puede compartir con otras compañeras el almuerzo**.

2. Dieta Blanda:

La dieta blanda consta de:

- a) Entrada: caldo de pollo.
- b) Segundo: arroz cocido que puede estar acompañado de algún tubérculo sancochado o puré de papa (sin leche) y pollo sancochado. Cuando el menú del día incluye fideos, la dieta blanda consta de fideos sin salsa con pollo sancochado.
- c) Postre: gelatina.
- d) Refresco: Agua o refresco del día.

3. Dieta de verduras:

La dieta verduras consta de:

- a) Ensalada: abundante ensalada de verduras con carne del día
- b) Postre: gelatina o fruta.
- c) Refresco: Agua o refresco del día

4. Menú especial

Los días martes, jueves y viernes se presenta una opción especial:

- a) Martes: Plato de la semana
- b) Jueves: Lasagna
- c) Viernes: Ceviche

- d) El menú especial incluye refresco.

5. Dieta modificada:

La dieta modificada es una combinación entre el menú del día, la dieta blanda y la de verduras según el día y la situación. Consta de:

- a) Entrada: Sopa, ensalada u otro.
- b) Segundo: Porción de proteína acompañada de una porción de carbohidratos.
- c) Postre: Fruta, Gelatina o postre del día
- d) Refresco: Agua o refresco del día

6. Servicio de "Lonchera"

Apto para todas las opciones de menús. A partir de 4to grado las niñas pueden traer su lonchera (tupper, *tomatodo* y cubiertos) de manera que nosotros podemos servirles en sus mismo envases la comida y refresco para que la puedan consumir con sus amigas en el patio, jardín o donde deseen. Para niñas menores es necesario que el padre/madre lo autorice mediante un correo electrónico y nota en la agenda.

7. Intercambio en cafetería

Sólo si el padre lo autoriza mediante un correo o nota en la agenda, la alumna puede intercambiar el menú por su equivalente en nuestra cafetería. Puede ver la lista de precios y productos [aquí](#).

IMPORTANTE

En caso de querer acceder a las opciones de dieta blanda, de verduras, menú especial debe avisarnos:

- hasta un día útil antes vía correo electrónico. Ver "[Comunicación con el Comedor](#)".

- hasta el mismo día a las 10:40 a.m. al teléfono de la recepción del colegio.

En caso de necesitar un menú especial debido a una alergia alimentaria o enfermedad congénita (diabetes, colesterol, etc.) o necesitar de manera permanentemente un menú especial, debe comunicarse con nosotros con anticipación al correo electrónico santaursula@pistacho.com.pe. Ver [“Comunicación con el Comedor”](#).

Sobre los cubiertos, servilletas, aliños y otros:

Los cubiertos, servilletas, aliños, refresco y otros son de uso y consumo exclusivo de los comensales del Comedor. El Comedor no prestará ni invitará ninguno de los ítems previamente mencionados.