

# Colegio Everest

Mayo 2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			01	02
05	06	07	08	09
12	13	14	15	16
19	20	21	22	23
26	27	28	29	30



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

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

Si no cuentas con tiempo para ejercitarte, puedes realizar cambios simples en tu rutina, como preferir escaleras, hacer aseo enérgicamente, etc.

**TODOS NUESTROS ALIMENTOS SON SIN SELLOS.**

### ICONOGRAFÍA DE ALIMENTOS



SALAD BAR



SOPA O CREMA



PLATOS DE FONDO



HIPOCALÓRICO



POSTRE

### CONTACTO CASINO

Administrador: Tania Faúndez  
 Correo: faundez-tania@aramark.cl  
 Telefono: +562 2955 6243

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