



Minuta Alimentación

Julio 2022

Colegio Alemán de Valparaíso



www.comalim.cl

contacto@comalim.cl

Minuta

Colegio Alemán

Primera semana julio 2022



	LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Crema de verduras c/ crutones	Consomé de ave c/ pastinas	Consomé vermicelli	Consomé de ave c/ huevos	Chaparrita
PLATO FONDO Alternativa 1	Strogonoff de ave c/ champiñón Arroz al curry	Huevo frito Lentejas parmesanas	Estofado de pavo	Lasaña mixta (pollo y carne)	Cazuela de ave
PLATO FONDO Alternativa 2		Pastel de zapallitos c/ carne Papas doradas			
PLATO HIPOCALÓRICO	Escalopa de ave al orégano Ensaladas surtidas	Pastel de zapallitos c/ carne Ensaladas surtidas	Atún al plato		Omelet champiñón-queso Ensaladas surtidas
PLATO VEGETARIANO					
POSTRE A ELECCIÓN	Flan de vainilla c/ caramelo Jalea	Migado de frutas Jalea	Bavarois de naranja Jalea	Suspiro limeño Jalea	Turrón de vino c/ galletas Jalea



Minuta

Colegio Alemán

Segunda semana julio 2022



	LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Sopa de carne c/ sémola	Crema de choclo c/ crutones	Consomé de ave c/ huevos	Carbonada de vacuno	Consomé vermicelli
PLATO FONDO Alternativa 1	Goulash húngaro Rigatti a la mantequilla	Huevo frito Charquicán con carne	Pulpa de cerdo al jugo Arroz primavera	Fetuccini salsa Alfredo	Carne mechada guisada Puré de papas
PLATO FONDO Alternativa 2	Huevo y salchicha asada Arvejas guisadas				
PLATO HIPOCALORICO	Ensalada César c/ cubos de pollo salteados	Pechuga de pavo asada Ensaladas surtidas	Panqueques ave-verduras c/ salsa bechamel (2u)	Tortilla de porotos verdes Molde de cous cous y ensaladas	Carne mechada guisada Ensaladas surtidas
PLATO VEGETARIANO					
POSTRE A ELECCIÓN	Sémola c/ caramelo Jalea	Pie de limón Jalea	Delicream c/ almendras Jalea	Flan de chocolate c/ caramelo Jalea	Huesillos con mote Jalea



Minuta

Colegio Alemán

tercera semana julio 2022



	LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Consomé de ave c/ huevos	Crema de espárragos c/ crutones	Sopa de carne c/ sémola	Consomé de ave c/ huevos	Crema natural de verduras
PLATO FONDO Alternativa 1	Tallarines orientales c/ pollo	Pastel de papas	Chorizo asado Porotos guisados	Tomatacán con carne Arroz graneado	Trutro de pollo asado Papas gratinadas
PLATO FONDO Alternativa 2			Rollitos de pescado Puré de verduras		
PLATO HIPOCALÓRICO	Vacuno al jugo Ensaladas surtidas	Wraps de pollo y verduras (2u)	Omelet choclo-tomate-queso Ensaladas surtidas	Budín de zapallitos-zanahoria Molde de cous cous y ensaladas	Trutro de pollo asado Ensaladas surtidas
PLATO VEGETARIANO					
POSTRE A ELECCIÓN	Fruta c/ yogurt Jalea	Flan caramelo c/ caramelo Jalea	Maicena c/ salsa de vino Jalea	Migado de frutas Jalea	Leche nevada Jalea



Minuta

Colegio Alemán

cuarta semana julio 2022



	LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Crema de verduras c/ crutones	Consomé vermicelli	Consomé de ave c/ huevos	Sopa de carne c/ verduras	Consomé de ave c/ pastinas
PLATO FONDO Alternativa 1	Spaghetti boloñesa c/ queso rallado	Chorizo asado Garbanzos guisados	Pescado frito Arroz graneado	Pastel de zapallitos Papas doradas	Pollo al jugo Arroz verde
PLATO FONDO Alternativa 2	Pulpa de cerdo asada Budín de verduras	Suprema de ave Puré mixto (papa-zapallo)	Rollo de carne italiana Tortilla de verduras	Huevo frito Carbonestrón (lentejas y verduras)	Ragout de pavo Espirales al perejil
PLATO HIPOCALÓRICO	Budín de verduras Molde de quínoa y ensaladas	Ensalada César c/ cubos de pollo salteados	Pescado al horno Papa asada y ensaladas	Pastel de zapallitos Ensaladas surtidas	Pollo al jugo Molde arroz y verduras
PLATO VEGETARIANO	Budín de verduras Spaghetti a la mantequilla	Huevo frito Garbanzos guisados	Tortilla de verduras Arroz graneado	Pastel de zapallitos Papas doradas	Berenjenas rebozadas Arroz verde
POSTRE A ELECCIÓN	Macedonia de frutas Sémola c/ salsa frambuesa Jalea	Mousse de chocolate Panqueque c/ manjar Jalea	Flan de lúcuma c/ salsa manjar Kuchen de frutas Jalea	Bavarois de piña c/ trocitos piña Brownie c/ azúcar flor Jalea	Cremell de pie de limón c/ merengue Budín de pan Jalea

