



Minuta Alimentación

Agosto 2022

Colegio Alemán de Valparaíso



www.comalim.cl

contacto@comalim.cl

Minuta

Colegio Alemán

Primera semana agosto 2022



	LUNES 01	MARTES 02	MIÉRCOLES 03	JUEVES 04	VIERNES 05
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Crema de verduras c/ crutones	Carbonada de verduras	Consomé de ave c/ huevos	Sopa de carne c/ verduras	Consomé reina
PLATO FONDO Alternativa 1	Ragout de vacuno Arroz amarillo	Huevo frito Arvejas guisadas	Vacuno al horno Papas gratinadas	Rollitos de pescado Puré mixto (papa-zapallo)	Pollo asado Arroz primavera
PLATO FONDO Alternativa 2	Escalopa de ave al orégano Tortilla de acelgas	Bolitas de carne al tuco Spaghetti a la mantequilla	Panqueques atún-choclo c/ salsa bechamel (2u)	Fetuccini salsa Alfredo	Pulpa de cerdo al jugo Budín de verduras
PLATO FONDO Alternativa Hipocalórica	Tortilla de acelgas Molde de arroz y ensaladas	Naturista Quesillo	Vacuno al horno Ensaladas surtidas	Tortilla de quínoa y pollo Ensaladas surtidas	Budín de verduras Ensaladas surtidas
PLATO VEGETARIANO	Tortilla de acelgas Arroz amarillo	Huevo frito Arvejas guisadas	Panqueques de verduras c/ salsa bechamel-queso (2u)	Coliflores rebozadas Puré mixto (papa-zapallo)	Budín de verduras Arroz primavera
Postre a elección	Macedonia de frutas Maicena c/ salsa de vino Jalea	Turrón de vino c/ galletas Biscocho asturiano Jalea	Piña al jugo en cubitos Kuchen de frutas Jalea	Bavarois de moka Migado de frutas Jalea	Delicream c/ almendras Pie de limón Jalea



Minuta

Colegio Alemán

Segunda semana agosto 2022



	LUNES 08	MARTES 09	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Consomé de ave c/ huevos	Consomé vermicelli	Consomé de ave c/ pastinas	Sopa de carne c/ sémola	Crema de espárragos c/ crutones
PLATO FONDO Alternativa 1	Tallarines orientales c/ pollo	Pastel de zapallitos c/ carne Papas doradas	Huevo frito Charquicán c/ carne	Lasaña mixta (pollo y carne)	Carne mechada guisada Puré de papas
PLATO FONDO Alternativa 2	Salchichas asadas Lentejas parmesanas	Curbs de cerdo salsa teriyaki Arroz perla	Chorizo asado Porotos c/ tallarines	Trutro de pavo al jugo Guiso de acelgas y papa asada	Suprema de ave Verduras a la crema
PLATO FONDO Alternativa Hipocalórica	Atún al plato	Pastel de zapallitos c/ carne Ensaladas surtidas	Asado alemán Molde de cous cous y ensaladas	Ensalada César c/ cubos de pollo salteados	Carne mechada guisada Molde de arroz y ensaladas
PLATO VEGETARIANO	Hamburguesa de carne vegetal Lentejas parmesanas	Guiso de zapallitos Papas doradas	Huevo frito Charquicán de verduras	Lasaña de verduras	Verduras a la crema Papas rusticas
Postre a elección	Fruta c/ yogurt Sémola c/ caramelo Jalea	Cremell de tres leches Panqueque c/ manjar Jalea	Mousse de chocolate Brownie c/ azúcar flor Jalea	Compota de pera-ciruela Budín de pan Jalea	Macedonia de frutas Suspiro limeño Jalea



Minuta

Colegio Alemán

tercera semana agosto 2022



	LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
ENSALADA		Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA		Crema de verduras c/ crutones	Pancutras	Consomé vermicelli	Sopa de carne c/ verduras
PLATO FONDO Alternativa 1	FESTIVO	Ravioles salsa italiana carne	Croquetas fritas de pescado y verduras Puré de papas	Huevo frito Garbanzos guisados	Zapallitos rellenos gratinados Papas doradas
PLATO FONDO Alternativa 2		Escalopa de ave al orégano Guiso de zapallitos italianos	Strogonoff de vacuno Arroz graneado	Tomatacán con carne Papas dado (papas fritas en cubos)	Goulash húngaro Rigatti al perejil
PLATO FONDO Alternativa Hipocalórica		Ensalada Thai	Croquetas fritas de pescado y verduras Ensaladas surtidas	Wraps de pollo y verduras (2u)	Vacuno a la inglesa Ensaladas surtidas
PLATO VEGETARIANO		Verduras al wok Spaghetti a la mantequilla	Tortilla de zanahoria-cilantro Puré de papas	Wraps rellenos c/ arroz-verduras y porotos negros (2u)	Zapallitos rellenos c/ avena Papas doradas
Postre a elección		Plátano alegre Maicena c/ salsa de damascos Jalea c/ duraznos	Bavarois de naranja Tarta frola Jalea	Fruta c/ yogurt Leche asada Jalea c/ manzana	Turrón de frambuesa Flan de caramelo c/ caramelo Jalea



Minuta

Colegio Alemán

cuarta semana agosto 2022



	LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Crema de espárragos c/ crutones	Consomé de ave c/ huevos	Sopa de carne c/ verduras	Crema natural de verduras	Empanada de pino al horno
PLATO FONDO Alternativa 1	Chap sui de ave Arroz chau fan	Huevo frito Carbonestrón (lentejas y verduras)	Pastel de papas	Vacuno a la inglesa Arroz árabe	Ajiaco
PLATO FONDO Alternativa 2	Pulpa de cerdo al jugo Budín de zapallitos italianos	Goulash húngaro Rigatti al perejil	Croqueta de ave Pirco de porotos verdes	Ñoquis salsa pomodoro	Milanesa de vacuno Puré de papas
PLATO FONDO Alternativa Hipocalórica	Budín de zapallitos italianos Molde de arroz y ensaladas	Trozo de Pascualina Ensaladas surtidas	Panqueques florentinos c/ pollo con salsa blanca (2u)	Vacuno a la inglesa Ensaladas surtidas	Tortilla de verduras Molde de cous cous y ensaladas
PLATO VEGETARIANO	Budín de zapallitos italianos Arroz perla	Huevo frito Carbonestrón (lentejas y verduras)	Berenjenas rebozadas Puré de papas	Ñoquis salsa pomodoro	Tortilla de verduras Puré de papas
Postre a elección	Macedonia de frutas Sámola c/ salsa manjar Jalea	Turrón de vino c/ galletas Budín de pan c/ caramelo Jalea	Flan de vainilla c/ caramelo Tarta de frutas Jalea	Cremell de frambuesa Leche nevada Jalea c/ manzana	Fruta c/ yogurt Leche asada Jalea



Minuta

Colegio Alemán

quinta semana agosto 2022



	LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31	JUEVES 01	VIERNES 02
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Consomé de ave c/ huevos	Sopa de carne c/ caracolitos	Crema de choclo c/ crutones	Consomé de ave c/ sémola	Sopa de carne c/ verduras
PLATO FONDO Alternativa 1	Chorizo y huevo frito Arvejas guisadas	Spaghetti boloñesa c/ queso rallado	Stroganoff de ave c/ champiñón Arroz al curry	Brochetas de berenjenas-zapallitos-champiñón Puré de garbanzos al merquen	Trutro de pollo asado Papas a la rusa
PLATO FONDO Alternativa 2	Pollo asado Arroz árabe	Rollitos de pescado Puré mixto (papa-zapallo)	Pulpa de cerdo a la chilena Verduras a la crema	Fetuccini al pesto c/ queso rallado	Lasaña de zapallitos c/ carne
PLATO FONDO Alternativa Hipocalórica	Pollo asado Molde de quínoa y ensaladas	Atún al plato	Ensalada César c/ cubos de pollo salteado	Brochetas de berenjenas-zapallitos-champiñón Molde de quínoa y ensaladas	Trutro de pollo asado Ensaladas surtidas
PLATO VEGETARIANO	Hamburguesa de verduras Arroz árabe	Spaghetti boloñesa c/ carne vegetal	Verduras a la crema Papas saltadas al perejil	Brochetas de berenjenas-zapallitos-champiñón Puré de garbanzos al merquen	Lasaña de zapallitos c/ carne vegetal
Postre a elección	Fruta c/ yogurt Flan chocolate c/ caramelo Jalea	Bavarois de piña c/ trocitos piña Encanelados Jalea	Compota de frutas Migado de frutas Jalea	Macedonia de frutas Leche asada Jalea	Huesillos con mote Mousse de chocolate Jalea

