



Minuta Alimentación Alumnos (Modalidad para llevar)

Marzo 2024

Colegio Alemán de Valparaíso



www.comalim.cl

contacto@comalim.cl

Minuta

Colegio Alemán alumnos

Primera semana marzo 2024



	LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
PLATO FONDO Alternativa 1	Vacuno al jugo Arroz árabe	Pulpa de cerdo asada Porotos granados c/ mazamorra	Asado alemán salsa mignón Puré de papas	Huevo frito Carbonestrón (lentejas y verduras)	Escalopa de ave grillada Humita en olla
PLATO FONDO Alternativa 2	Pollo asado Guiso de zapallitos italianos	Lasaña boloñesa	Pechuga de ave york verduras salteadas	Fetuccini salsa Alfredo	Hamburguesa sera guisada Papas fritas
PLATO HIPOCALORICO	Vacuno al jugo Ensaladas surtidas	Ensalada César c/ filete de pollo grillado	Pechuga de ave york Ensaladas surtidas	Atún al plato	Hamburguesa sera guisada Molde de cous cosu y ensaladas
PLATO VEGETARIANO	Guiso de zapallitos italianos c/ carne vegetal Papas rusticas	Hamburguesa de verduras Porotos granados c/ mazamorra	Berenjenas rebozadas Puré de papas	Huevo frito Carbonestrón (lentejas y verduras)	Bastones de tofú apanados Humita en olla
Postres	Sandia Helado c/ galleta Jalea	Melón Bavarois de piña Jalea c/ duraznos	Delicream c/ almendras Tarta de frutas Jalea	Macedonia de verano Leche nevada Jalea	Helado c/ salsa chocolate Sémola c/ salsa frambuesa Jalea



Minuta

Colegio Alemán

Segunda semana marzo 2024



	LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
PLATO FONDO Alternativa 1	Spaghetti boloñesa c/ queso rallado	Ragout de pavo Arroz al curry	Pastel de papas	Tomatacán con carne Arroz graneado	Trutro de pollo asado Puré de papas
PLATO FONDO Alternativa 2	Croqueta de ave Puré de arvejas	Milanesa de vacuno Pirco de porotos verdes	Chuleta de cerdo cebolla frita Puré de garbanzos al merquén	Pechuga de pavo acaramelada Budín de zapallitos -zanahoria	Carne mechada guisada Rigatii al pesto
PLATO HIPOCALORICO	Naturista Jamón y palmitos	Trozo de Pascualina c/ pollo Ensaladas surtidas	Ensalada Thai c/ filete de pollo grillado	Pechugade pavo acaramelada Molde de arroz y ensaladas	Carne mechada guisada Ensaladas surtidas
PLATO VEGETARIANO	Hamburguesa de verduras Puré de arvejas	Pirco de porotos verdes Arroz al curry	Pastel de papas c/ carne vegetal	Budín de zapallitos -zanahoria Arroz graneado	Omelet champiñón-queso Rigatii al pesto
Postres	Uva Flan chocolate c/ caramelo Jalea c/ crema	Turrón de frambuesa Brownie c/ azúcar flor Jalea	Macedonia de frutas Leche asada Jalea	Fruta c/ yogurt Helado c/ galleta Jalea	Bavaois de naranja Migado de frutas Jalea



Minuta

Colegio Alemán

Tercera semana marzo 2024



	LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
PLATO FONDO Alternativa 1	Chap sui de vacuno Arroz perla	Pastel de zapallitos c/ carne Papas doradas	Churrasco de vacuno Porotos c/ tallarines	Strogonoff de vacuno Arroz graneado	Cazuela de vacuno
PLATO FONDO Alternativa 2	Salchicha y huevo frito Lentejas parmesanas	Pechuga de pavo acaramelada Espirales primavera	Suprema de ave Puré florentino	Pulpa de cerdo a la cacerola Budín de verduras	Pollo salteado c/ verduras Spaghetti a la mantequilla
PLATO HIPOCALORICO	Naturista Quesillo	Pastel de zapallitos c/ carne Ensaladas surtidas	Escalopa de ave grillada Ensaladas surtidas	Wraps de ave y verduras (2u)	Omelet champiñón/queso Ensaladas surtidas
PLATO VEGETARIANO	Chaps sui de verduras Arroz perla	Pastel de zapallitos c/ carne vegetal Papas doradas	Huevo frito Porotos c/ tallarines	Hamburguesa de carne vegetal Budín de verduras	Omelet champiñón/queso Spaghetti a la mantequilla
Postres	Plátano c/ manjar y mostacilla chocolate Sémola c/ caramelo Jalea	Cremell de tres leches Panqueque c/ manjar Jalea	Macedonia de frutas Budín de pan Jalea c/ duraznos	Uva Leche asada Jalea	Huesillos con mote Flan bicolor c/ caramelo Jalea



Minuta

Colegio Alemán

Cuarta semana marzo 2024



	LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	
PLATO FONDO Alternativa 1	Pulpa de cerdo asada Arvejas guisadas	Huevo frito Charquicán c/ carne	Prieta cebolla frita (1u) Puré de garbanzos al merquén	Pescado frito Papas a la rusa/tomate chilena	FESTIVO
PLATO FONDO Alternativa 2	Pollo al jugo Arroz graneado	Carne mechada al tuco Spaghetti a la mantequilla	Goulash de ave Arroz amarillo	Omlet jamón/queso Rigatti a la crema	
PLATO HIPOCALORICO	Pechuga de pollo asada Ensaladas surtidas	Carne mechada al tuco Ensaladas surtidas	Ensalada César c/ filete de pollo grillado	Omelet queso-tomate Ensaladas surtidas	
PLATO VEGETARIANO	Tortilla de porotos verdes Arroz graneado	Huevo frito Charquicán de verduras	Bastones de tofú apanados Puré de garbanzos al merquén	Hamburguesa de lentejas Papas a la rusa/tomate chilena	
Postres	Fruta c/ yogurt Maicena c/ salsa de moras Jalea	Macedonia de frutas Suspiro limeño Jalea	Bavarois de guinda Encanelados Jalea	Uva Tarta frola Jalea c/ duraznos	

