



Minuta Alimentación

Abril 2024

Colegio Alemán de Valparaíso



www.comalim.cl

contacto@comalim.cl

Minuta

Colegio Alemán

Primera semana abril 2024



| | LUNES 01 | MARTES 02 | MIÉRCOLES 03 | JUEVES 04 | VIERNES 05 |
|----------------------------------|---|--|---|---|--|
| ENSALADA | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta |
| SOPA | Consomé de ave c/ huevos | Crema de chcolo c/ crutones | Sopa de carne c/ sémola | Crema natural de verduras | Chaparrita |
| PLATO FONDO Alternativa 1 | Pollo arvejado Arroz amarillo | Vacuno al jugo Puré de papas | Spaghetti boloñesa c/ queso rallado | Pechuga de ave york (jamón-queso) Arroz verde | Cazuela de vacuno |
| PLATO FONDO Alternativa 2 | Hamburguesa casera al jugo Guiso de zapallitos italianos | Huevo frito Porotos guisados | Rollitos de pescado salsa soya (4u) Verduras salteadas | Churrasco de vacuno Carbonestrón (lentejas y verduras) | Espirales salsa Alfredo |
| PLATO HIPOCALORICO | Hamburguesa casera al jugo Ensaladas surtidas | Quiche de jamón y champiñones Ensaladas surtidas | Ensalada Thai c/ filerte de pollo grillado | Naturista Quesillo | Escalopa de ave al orégano Molde cous cous y ensaladas |
| PLATO VEGETARIANO | Guiso de zapallitos c/ carne Arroz amarillo | Cubos de tofú marinados Porotos guisados | Spaghetti boloñesa c/ carne vegetal | Huevo frito Carbonestrón (lentejas y verduras) | Omelet queso/champiñon Espirales salsa zanahoria |
| POSTRE A ELECCIÓN | Fruta c/ yogurt Flan vainilla c/ caramelo Jalea | Cremell de pie de limón c/ merengue Brownie c/ azúcar flor Jalea | Uva Leche asada Jalea | Macedonia de frutas Panqueque c/ manjar Jalea | Compota de frutas Sémola c/ caramelo Jalea c/ duraznos |



Minuta

Colegio Alemán

Segunda semana abril 2024



| | LUNES 08 | MARTES 09 | MIÉRCOLES 10 | JUEVES 11 | VIERNES 12 |
|----------------------------------|--|---|---|---|--|
| ENSALADA | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta |
| SOPA | Crema de espárragos c/ crutones | Consomé vermicelli | Consomé de ave c/ huevos | Crema de verduras c/ crutones | Sopa de carne c/ verduras |
| PLATO FONDO Alternativa 1 | Filetitos de ave salteados Arvejas guisadas | Ragout de pavo Rigatti al perejil | Suprema de ave Puré de papas | Lasaña boloñesa | Trutro de pollo asado Arroz primavera |
| PLATO FONDO Alternativa 2 | Vacuno a la inglesa Arroz árabe | Pastel de zapallitos c/ carne Papas rusticas | Pulpa de cerdo a la chilena Tortilla de verduras | Brochetas de carne mixta (2u) Puré de garbanzos al merquén | Asado alemán Budín de verduras |
| PLATO HIPOCALORICO | Vacuno a la inglesa Ensaladas surtidas | Pastel de zapallitos c/ carne Ensaladas surtidas | Wraps de ave y verduras (2u) | Ensalada China c/ filete de pollo grillado | Atún al plato |
| PLATO VEGETARIANO | Huevo frito Arvejas guisadas | Pastel de zapallitos c/ carne vegetal Papas rusticas | Bastones de tofú apanados Verduras salteadas | Lasaña boloñesa c/ carne vegetal | Hamburguesa de lentejas Budín de verduras |
| POSTRE A ELECCIÓN | Durazno kiwi naranja Maicena c/ salsa de moras Jalea | Mousse de chocolate Migado de frutas Jalea | Uva Leche nevada Jalea | Compota de frutas Bavaois de guinda Jalea | Huesillos con mote Flan bicolor c/ caamelo Jalea |



Minuta

Colegio Alemán

Tercera semana abril 2024



| | LUNES 15 | MARTES 16 | MIÉRCOLES 17 | JUEVES 18 | VIERNES 19 |
|----------------------------------|--|--|---|--|--|
| ENSALADA | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta |
| SOPA | Consomé de ave c/ huevos | Crema de pollo c/ crutones | Consomé de ave c/ huevos | Sopa de carne c/ sémola | Crema natural de verduras |
| PLATO FONDO Alternativa 1 | Carne mechada al tuco Spaghetti a la mantequilla | Tomaticán con carne Arroz graneado | Pastel de papas | Omelet jamón-queso Rigatti a la crema | Milanesa de vacuno Puré mixto (papa-zapallo) |
| PLATO FONDO Alternativa 2 | Huevo frito Lenetjas parmesanas | Ajiaco | Escalopa de ave al orégano Budín de zapallitos-zanahoria | Pulpa de cerdo agridulce Puré de garbanzos al merquén | Goulash húngaro Arroz perla |
| PLATO HIPOCALORICO | Carne mechada guisada Molde de quínoa y ensaladas | Pechuga de pavo acaramelada Verduras salteadas | Esscalopa de ave al orégano Ensaladas surtidas | Omelet jamón-queso Ensaladas surtidas | Ensalada César c/ filete de pollo grillado |
| PLATO VEGETARIANO | Bastones de tofu apanados Lenetjas parmesanas | Hamburguesa de porotos negros Verduras salteadas | Pastel de papas c/ carne vegetal | Huevo frito Puré de garbanzos al merquén | Berenjenas rebozadas Rissoto de quínoa c/ champiñones |
| POSTRE A ELECCIÓN | Uva Sémola c/ salsa manjar Jalea | Macedonia de frutas Delicream c/ almendras Jalea | Turrón de frambuesa Leche asada Jalea | Fruta c/ yogurt Flan lúcuma c/ salsa manjar Jalea | Kiwi naranja durazno Encanelados Jalea |



Minuta

Colegio Alemán

Cuarta semana abril 2024



| | LUNES 22 | MARTES 23 | MIÉRCOLES 24 | JUEVES 25 | VIERNES 26 |
|----------------------------------|---|---|--|--|---|
| ENSALADA | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta |
| SOPA | Consomé de ave c/ sémola | Sopa de carne c/ verduras | Crema de espárragos c/ crutones | Consomé reina | Crema de verduras c/ crutones |
| PLATO FONDO Alternativa 1 | Spaghetti boloñesa c/ queso rallado | Pollo arvejado Papas fritas | Chap sui de ave Arroz chau fan | Churrasco de vacuno Porotos guisados | Pulpa de cerdo asada Guiso de repollo morado y papas doradas |
| PLATO FONDO Alternativa 2 | Croqueta de ave Puré de arvejas | Chuleta de cerdo cebolla acaramelada Acelga/choclo a la crema | Huevo frito Charquicán c/ carne | Stroganoff de vacuno Espirales c/ albahaca | Vacuno a la inglesa Arroz c/ verduras |
| PLATO HIPOCALORICO | Naturista Jamón y palmitos | Pechuga de pollo asada al limón Molde de cous cous y ensaladas | Panqueques florentinos c/ pollo gratinados c/ salsa bechamel (2u) | Omelet queso/tomate/pimientos Verduras salteadas | Vacuno a la inglesa Molde de cous cous y ensaladas |
| PLATO VEGETARIANO | Bastones de tofu apanados Puré de arvejas | Hamburguesa de garbanzos Acelga/choclo a la crema | Huevo frito Charquicán de verduras | Omelet queso/tomate/pimientos Verduras salteadas | zapallitos relleno c/ carne vegetal papas doradas |
| POSTRE A ELECCIÓN | Fruta c/ yogurt Flan de chocolate c/ caramelo Jalea | Ciruela c/ mote Budín de pan Jalea | Macedonia de frutas Leche nevada Jalea | Compota de invierno Flan chocolate c/ caramelo Jalea | Delicream c/ almendras Kuchen de manzana Jalea |

