



Minuta Alimentación

Agosto 2024

Colegio Alemán de Valparaíso



www.comalim.cl

contacto@comalim.cl

Minuta

Colegio Alemán

Primera semana agosto 2024



| | LUNES 05 | MARTES 06 | MIÉRCOLES 07 | JUEVES 08 | VIERNES 09 |
|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| ENSALADA | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta |
| SOPA | Consomé de ave c/ pastinas | Crema de espárragos c/ crutones | Sopa de carne c/ sémola | Consomé de ave c/ huevos | Empanada de pino/Emapanada Vegetariana |
| PLATO FONDO Alternativa 1 | Vacuno al jugo Arroz c/ verduras | Spaghetti boloñesa c/ queso rallado | Pollo a la cacerola Puré de papas | Churrasco de vacuno Porotos guisados | Cazuela de vacuno |
| PLATO FONDO Alternativa 2 | Salchicha y huevo frito Lentejas parmesanas | Pechuga de pavo asada Budín de zapallitos/chcolo | Cerdo al horno c/ cebollas asadas Verduras salteadas | Strogonoff de vacuno Espirales al perejil | Escalopa de ave al orégano Arroz árabe |
| PLATO FONDO Alternativa Hipocalórica | Vacuno al jugo Ensaladas surtidas | Pechuga de pavo asada Ensaladas surtidas | Pollo a la cacerola Ensaladas surtidas | Panqueque florentino c/ pollo (1u) Ensaladas surtidas | Omelet jamón-tomate-pimientos Ensaladas surtidas |
| PLATO FONDO Alternativa Vegetariana | Huevo frito Lentejas parmesanas | Spaghetti boloñesa c/ carne vegetal | Hamburguesa vegetariana/cebollas asadas Puré de papas | Pasta c/ tofú y arvejas | Omelet queso/champiñón Arroz árabe |
| POSTRE A ELECCIÓN | Macedonia de frutas Maicena c/ salsa de vino Jalea | Compota de pera/ciruelas Flan vainilla c/ caramelo Jalea | Fruta c/ yogurt Leche nevada Jalea c/ duraznos | Bavarois de piña Tarta frola Jalea | Mandarinas Leche asada Jalea |



Minuta

Colegio Alemán

Segunda semana agosto 2024



| | LUNES 12 | MARTES 13 | MIÉRCOLES 14 | JUEVES 15 | VIERNES 16 |
|--------------------------------------------|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|----------------|------------------------------------------------------------|
| ENSALADA | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta | | Ensalada mixta |
| SOPA | Crema de choclo c/ crutones | Consomé de ave c/ huevos | Crema natural de verduras | | Sopa de carne c/ sémola |
| PLATO FONDO Alternativa 1 | Ragout de pavo Espirales al perejil | Huevo frito Garbanzos guisados | Suprema de ave Puré de papas | FESTIVO | Lasaña boloñesa |
| PLATO FONDO Alternativa 2 | Carne mechada guisada Verduras salteadas | Chap sui de ave Arroz perla | Rollo de carne italiana Budín de verduras | | Cerdo a la cacerola Acelgas y choclo a la crema |
| PLATO FONDO Alternativa Hipocalórica | Carne mechada guisada Ensaladas surtidas | Ensalada César c/ filete de pollo grillado | Atún al plato | | Omelet champiñón-queso Ensaladas surtidas |
| PLATO FONDO Alternativa Vegetariana | Hamburguesa de quínoa Verduras salteadas | Huevo frito Garbanzos guisados | Budín de verduras Puré de papas | | Omelet champiñón-queso Acelgas y choclo a la crema |
| POSTRES A ELECCIÓN | Fruta c/ yogurt Sémola c/ salsa manjar Jalea | Macedonia de frutas Encanelados Jalea c/ duraznos | Ciruelas c/ mote Migado de frutas Jalea | | Durazno naranja plátano Delicream c/ almendras Jalea |



Minuta

Colegio Alemán

Tercera semana agosto 2024



| | LUNES 19 | MARTES 20 | MIÉRCOLES 21 | JUEVES 22 | VIERNES 23 |
|---------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| ENSALADA | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta |
| SOPA | Consomé de ave c/ huevos | Crema de espárragos c/ crutones | Consomé vermicelli | Consomé de ave c/ sémola | Crema de verduras c/ crutones |
| PLATO FONDO Alternativa 1 | Chorizo asado Carbonestrón (lentejas y verduras) | Huevo frito Charquicán con carne | Plateada a la cacerola Arroz árabe | Churrasco de vacuno Porotos guisados | Pechuga de ave york Puré de papas |
| PLATO FONDO Alternativa 2 | Gloulash húngaro Arroz graneado | Pancutras | Callitos a la madrileña Papas dado (papas fritas en cubos) | Fetuccini salsa Alfredo | Hamburguesa casera guisada Guiso de zapallitos italianos |
| PLATO FONDO Alternativa Hipocalórica | Ensalada Thai c/ filete de pollo grillado | Naturista jamón/palmito/huevo | Plateada a la cacerola Tortilla de zanahia cilantro | Wraos de pollo y verduras (2u) | Hamburguesa casera guisada Ensaladas surtidas |
| PLATO FONDO Alternativa Vegetariana | Cubos de tofú marinados c/ sésamo Carbonestrón (lentejas y verduras) | Huevo frito Charquicán c/ carne vegetal | Hamburguesa de garbanzos Papas dado (papas fritas en cubos) | Hamburguesa de carne vegetal Porotos guisados | Guiso de zapallitos italianos c/ carne vegetal Papas doradas |
| POSTRE A ELECCIÓN | Macedonia de frutas Maicena c/ salsa de moras Jalea | Fruta c/ yogurt Budín de pan Jalea | Pera al vino Encanelados Jalea | Bavarois guinda Brownie c/ azúcar flor Jalea | Ciruelas c/ mote Leche asada Jalea |



Minuta

Colegio Alemán

Cuarta semana agosto 2024



| | LUNES 26 | MARTES 27 | MIÉRCOLES 28 | JUEVES 29 | VIERNES 30 |
|---------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| ENSALADA | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta |
| SOPA | Consomé de ave c/ pastinas | Sopa de carne c/ arroz | Crema de choclo c/ crutones | Consomé de ave c/ huevos | Crema natural de verduras |
| PLATO FONDO Alternativa 1 | Vacuno al horno Arroz primavera | Ravioles salsa italiana carne | Pastel de papas | Brochetas carne mixta (2u) Puré de garbanzos al merquén | Trutro de pollo asado Papas leonesas |
| PLATO FONDO Alternativa 2 | Huevo frito Arvejas guisadas | Prietas con cebolla acaramelada (2u) Papas doradas | Cerdo al jugo Tortilla de acelgas | Tomaticán con carne Arroz graneado | Ragout mixto Spaghetti al perejil |
| PLATO FONDO Alternativa Hipocalórica | Vacuno al horno Ensaladas surtidas | Ensalada César c/ filete de pollo grillado | Atún al plato | Tortilla de quínoa c/ pollo Ensaladas surtidas | Trutro de pollo asado Ensaladas surtidas |
| PLATO FONDO Alternativa Vegetariana | Hamburguesa de lentejas Verduras salteadas | Berenjena rellena c/ tofú Papas doradas | Pastel de papas c/ carne vegetal | Huevo frito Puré de garbanzos al merquén | Budín de verduras Papas leonesas |
| POSTRES A ELECCIÓN | Fruta c/ yogurt Flan de caramelo c/ caramelo Jalea c/ manzana | Compota de frutas Cremell de pie de limón c/ merengue Jalea | Macedonia dfe frutas Leche nevada Jalea | Sémola c/ caramelo Sopaipillas c/ salsa chancaca Jalea | Durazno naranja plátano Suspiro limeño Jalea |

