



Minuta Alimentación Alumnos (Modalidad para llevar)

Noviembre 2024

Colegio Alemán de Valparaíso



www.comalim.cl

contacto@comalim.cl

Minuta

Colegio Alemán alumnos

Primera semana noviembre 2024



| | LUNES 04 | MARTES 05 | MIÉRCOLES 06 | JUEVES 07 | VIERNES 08 |
|------------------------------|----------|--|--|--|--|
| ENSALADA | | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta |
| PLATO FONDO Alternativa 1 | | Huevo frito Carbonestrón (lentejas y verduras) | Pulpa de cerdo al jugo Papas rusticas | Tomaticán con carne Arroz graneado | Cazuela de vacuno |
| PLATO FONDO Alternativa 2 | | Fetuccini salsa Alfredo | Rollo de carne italiana Guiso de zapallitos italianos | Longaniza asada Porotos guisados | Salteado chino de pollo y verduras Spaghetti a la mantequilla |
| PLATO HIPOCALORICO | | Wraps de atún y verduras(2u) | Rollo de carne italiana Ensaladas surtidas | Ensalada Thai c/ filete de pollo grillado | Omelet queso/tomate/choclo Ensaladas surtidas |
| PLATO VEGETARIANO | | Huevo frito Carbonestrón (lentejas y verduras) | Guiso de zapallitos c/ carne vegetal Papas rusticas | Tortilla de acelgas Arroz graneado | Omelet queso/tomate/choclo Spghetti a la mantequilla |
| POSTRE A ELECCIÓN | | Duraznos al jugo en cubitos Mousse de manjar Jalea | Frutillas en salsa Bavarois de piña Jalea | Macedonia de frutas Delicream c/ almendras Jalea | Ciruelas c/ mote Suspiro limeño Jalea |



Minuta

Colegio Alemán

Segunda semana noviembre 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 | Vacuno a la cacerola Arroz primavera | Pastel de papas | Ragout de pavo Arroz al curry | Suprema de ave Puré mixto (papa-zapallo) | Lasaña boloñesa |
| PLATO FONDO Alternativa 2 | Rebozado de ave Puré de arvejas | Pechuga de ave york Espirales al pesto | Caldillo de mariscos | Churrasco de vacuno Porotos granados c/ mazamorra | Pulpa de cerdo al jugo Tortilla de verduras |
| PLATO HIPOCALORICO | Vacuno a la cacerola Ensaladas surtidas | Pechuga de ave york Ensaladas surtidas | Naturista Quesillo | Hamburguesa casera guisada Molde de cous cous y ensaladas | Pollo asado al limón Ensaladas surtidas |
| PLATO VEGETARIANO | Huevo frito Puré de arvejas | Pastel de papas c/ acrne vegetal | Berenjena rellena c/ tofú Arroz al curry | Hamburguesa de carne vegetal Porotos granados c/ mazamorra | Pasta c/ tofú y arvejas |
| POSTRE A ELECCIÓN | Fruta c/ yogurt Flan lúcuma c/ salsa manjar Jalea | Compota de frutas Leche asada Jalea | Frutillas en salsa Maicena c/ salsa de moras Jalea | Macedonia de frutas Mousse de moka Jalea | Turrón de vino c/ galletas Helado c/ salsa chocolate Jalea |



Minuta

Colegio Alemán

Tercera semana noviembre 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 | Pollo al jugo Arroz al ciboulette | Ravioles salsa italiana carne | Milanesa de vacuno Puré de papas | Longaniza asada Porotos negros guisados | Vacuno arvejado Papas doradas |
| PLATO FONDO Alternativa 2 | Salchicha y huevo frito Lentejas parmesanas | Pechuga de pavo acaramelada Budín de zapallitos/choclo | Pulpa de cerdo al jugo Pirco de porotos verdes | Asado alemán Spaghetti al pesto | Aji de gallina peruano Arroz perla |
| PLATO HIPOCALORICO | Omelet queso/champiñón Ensaladas surtidas | Pechuga de pavo acaramelada Molde de quínoa y ensaladas | Ensalada César c/ filete de pollo grillado | Asado alemán Ensaladas surtidas | Vacuno al horno Ensaladas surtidas |
| PLATO VEGETARIANO | Omelet queso/champiñón Arroz al ciboulette | Hamburguesa de garbanzos Budín de zapallitos/choclo | Bastones de tofú apanados Pirco de porotos verdes | Hamburguesa de carne vegetal Fetuccini al pesto | Mapo tofú Papas doradas |
| POSTRE A ELECCIÓN | Macedonia de frutas Sémola c/ caramelo Jalea | Helado Migado de frutas Jalea | Compota de frutas Bavaois de naranja Jalea | Frutillas en salsa Flan frutilla c/ caramelo Jalea | Fruta c/ yogurt Helado c/ galleta Jalea |



Minuta

Colegio Alemán

Cuarta semana noviembre 2024



| | LUNES 25 | MARTES 26 | MIÉRCOLES 27 | JUEVES 28 | VIERNES 29 |
|--------------------------------------|---|--|---|---|--|
| ENSALADA | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta |
| PLATO FONDO Alternativa 1 | Spagfetti boloñesa c/ queso rallado | Chorizo asado Garbanzos guisados | Vacuno a la inglesa Arroz primavera | Ragout mixto Espirales al perejil | Trutro de pollo asado Puré de papas |
| PLATO FONDO Alternativa 2 | Pollo guisado Budín de verduras | Huevo frito Charquicán c/ carne | Croqueta frita de merluza Verduras salteadas | Pulpa de cerdo asada Ens porotos ala chilena c/ tomate | Hamburguesa de pavo guisada Arroz árabe |
| PLATO HIPOCALORICO | Pollo guisado Ensaladas surtidas | Naturista Jamón/huevo/palmitos | Vacuno a la inglesa Ensaladas surtidas | Bowls ensaladas c/ quinoa y pollo | Trutro de pollo asado Ensaladas surtidas |
| PLATO VEGETARIANO | Spaghetti boloñesa c/ carne vegetal | Cubos de tofú apanados Garbanzos guisados | Hamburguesa de lentejas Verduras salteadas | Omelet queso/tonate/albahaca Espirales al perejil | Berebjenas rellenas c/ tofú Puré de papas |
| POSTRE A ELECCIÓN | Helado c/ galletas Flan de vainilla c/ caramelo Jalea | Macedonia de frutas Delicream c/ almendras Jalea | Frutillas en salsa Leche asada Jalea | Huesillos con mote Bavarois de guinda Jalea | Helado Tarta de frutillas Jalea |

