



Minuta Alimentación

Marzo 2025

Colegio Alemán de Valparaíso



www.comalim.cl

contacto@comalim.cl

Minuta

Colegio Alemán

Primera semana marzo 2025



	LUNES 03	MARTES 04	MIÉRCOLES 05	JUEVES 06	VIERNES 07
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Consomé de ave c/ huevos	Sopa de carne c/ sémola	Crema natural de verduras	Consomé de ave c/ pastinas	Crema de espárragos c/ crutones
PLATO FONDO Alternativa 1	Vacuno al jugo Arroz árabe	Pulpa de cerdo asada Porotos granados c/ mazamorra	Asado alemán salsa mignón Puré de papas	Croqueta de ave Puré de arvejas	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	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	Berenjena rellena c/ tofú Puré de papas	Huevo frito Puré de arvejas	Bastones de tofú apanados Humita en olla
Postres	Sandía Helado c/ galleta Jalea	Melón Bavaois 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 2025



	LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Crema de choclo c/ crtuones	Sopa de carne c/ verduras	Consomé de ave c/ huevos	Crema de pollo c/ crutones	Consomé vermicelli
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	Huevo frito Carbonestrón (lentejas y verduras)	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 Espirales al pesto
PLATO HIPOCALORICO	Naturista jamón/palmitos/huevo	Panqueque ave/verduras (1u) Ensaladas surtidas	Ensalada Thai c/ filete de pollo grillado	Pechugade pavo acaramelada Molde de arroz y ensaladas	Carne mechada guisada Ensaladas surtidas
PLATO VEGETARIANO	Huevo frito Carbonestrón (lentejas y verduras)	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 vainilla 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	Bavarois de naranja Migado de frutas Jalea



Minuta

Colegio Alemán

Tercera semana marzo 2025



	LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Consomé de ave c/ huevos	Consomé vermicelli	Consomé de ave c/ pastinas	Crema de choclo c/ pebre	Empanada de pino/Vegetariana
PLATO FONDO Alternativa 1	Chap sui de vacuno Arroz perla	Pastel de zapallitos c/ carne Papas doradas	Churrasco de vacuno Porotos c/ tallarines	Stroganoff de vacuno Arroz graneado	Cazuela de vacuno
PLATO FONDO Alternativa 2	Salchicha y huevo frito Arvejas guisadas	Pechuga de pavo acaramelada Espirales al pesto	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 2025



	LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Consomé de ave c/ huevos	Crema de espárragos c/ crutones	Sopa de carne c/ sémola	Crema natural de verduras	Consomé de ave c/ pastinas
PLATO FONDO Alternativa 1	Pulpa de cerdo asada Lentejas parmesanas	Huevo frito Charquicán c/ carne	Prieta cebolla frita (1u) Garbanzos guisados	Croquetas fritas de atún (2u) Puré de papas	Pastel de choclos
PLATO FONDO Alternativa 2	Pollo al jugo Arroz graneado	Carne mechada al tuco Spaghetti a la mantequilla	Goulash de ave Arroz amarillo	Pechuga de pavo asada Budín de verduras	Ravioles salsa italiana carne
PLATO HIPOCALORICO	Pechuga de pollo asada Ensaladas surtidas	Carne mechada al tuco Ensaladas surtidas	Ensalada César c/ filete de pollo grillado	Croquetas fritas de atún (2u) Ensaladas surtidas	Ensalada de quínoa y pollo
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 Puré de papas	Pastel de choclos c/ carne vegetal
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	Compota de frutas Leche nevada Jalea

