



Minuta Alimentación

Octubre 2025

Colegio Alemán de Valparaíso



www.comalim.cl

contacto@comalim.cl

Minuta

Colegio Alemán

Primera semana octubre 2025



	LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 01	JUEVES 02	VIERNES 03
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	
SOPA	Consomé de ave c/ huevos	Sopa de carne c/ verduras	Crema natural de verduras	Consomé vermicelii	
PLATO FONDO Alternativa 1	Vacuno a la cacerola Arroz árabe	Pulpa de cerdo asada Garbanzos guisados	Pollo al jugo Espirales a la primavera	Huevo frito Arvejas guisadas	ANIVERSARIO DIA DE ALEMANIA
PLATO FONDO Alternativa 2	Escalopa de ave a las hierbas Guiso de zapallitos italianos	Tomatacán con carne Papas doradas	Hamburguesa casera guisada Budín de verduras	Chap sui de ave Arroz perla	
PLATO HIPOCALÓRICO	Escalopa de ave a las hierbas Molde de cous cous y ensaladas	Omelet queso/tomate/champiñón Ensaladas surtidas	Hamburguesa casera guisada Ensaladas surtidas	Ensalada César c/ filete de pollo grillado	
PLATO VEGETARIANO	Guiso de zapallitos italianos c/ carne vegetal Papas rusticas	Huevo frito Garbanzos guisados	Hamburguesa de carne vegetal Budín de verduras	Bastones de tofú apanados Arvejas guisadas	
POSTRE A ELECCIÓN	Macedonia de frutas Flan de caramelo c/ caramelo Jalea	Compota de frutas Turrón de frambuesa Jalea c/ crema	Bavarois de naranja Encanelados Jalea	Maicena c/ salsa de frambuesa Kuchen de duraznos Jalea	



Minuta

Colegio Alemán

Segunda semana octubre 2025



	LUNES 06	MARTES 07	MIÉRCOLES 08	JUEVES 09	VIERNES 10
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Crema de choclo c/ crutones	Consomé de ave c/ huevos	Sopa de carne c/ sémola	Crema natural de verduras	Chaparrita
PLATO FONDO Alternativa 1	Spaghetti boloñesa c/ queso rallado	Stroganoff de ave Arroz al curry	Pollo arvejado Papas fritas	Pulpa de cerdo asada Porotos guisados	Cazuela de vacuno
PLATO FONDO Alternativa 2	Churrasco de vacuno Lentejas parmesanas	Croquetas fritas de pescado (2u) Puré de verduras	Rollo de carne italiana Humita en olla	Carne mechada guisada Fetuccini salsa zanahoria	Huevo frito Arroz a la jardinera c/ carne
PLATO HIPOCALORICO	Hamburguesa casera guisada Ensaladas surtidas	Croquetas fritas de pescado (2u) Ensaladas surtidas	Rollo de carne italiana Ensaladas urtidas	Carne mechada guisada Ensaladas surtidas	Ensalada Thai c/ filete de pollo grillado
PLATO VEGETARIANO	Huevo frito Lentejas parmesanas	Berenjena rellena c/ tofú Arroz al curry	Hamburguesa de quínoa Papas fritas	Cubos de tofún salteados Porotos guisados	Hamburguesa de garbanzos Curry de verduras
POSTRE A ELECCION	Fruta c/ yogurt Fain vainilla c/ salsa manjar Jalea	Ciruelas c/ mote Leche nevada Jalea	Carpaccio de naranja Brownie c/ azúcar flor Jalea	Macedonia de frutas Sémola c/ caramelo Jalea	Bavarois de guinda Migado de frutas Jalea



Minuta

Colegio Alemán

Tercera semana octubre 2025



	LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Consomé de ave c/ pastinas	Sopa de carne c/ verduras	Crema de espárragos c/ crutones	Consomoé de ave c/ huevos	Crema natural de verduras
PLATO FONDO Alternativa 1	Rebozado de ave Purè de arvejas	Milanesa de vacuno Purè mixto (papa-zapallo)	Caldillo de marsicos	Vacuno arvejado Papas doradas	Ravioles salsa italiana carne
PLATO FONDO Alternativa 2	Fetuccini salsa Alfredo	Pulpa de cerdo al jugo Pirco de porotos verdes	Pechuga de ave york Arroz c/ verduras	Hamburguesa casera guisada Hummus de garbanzo	Pollo estilo teriyaki Arroz chino frito
PLATO HIPOCALÓRICO	Wraps de pollo y verduras (2u)	Omelet queso/tomate/choclo Molde de quínoa y ensaladas	Pechuga de ave york Ensaladas surtidas	Vacuno al horno Ensaladas surtidas	Escalopa de ave al orégano Ensaladas surtidas
PLATO VEGETARIANO	Huevo frito Purè de arvejas	Omelet queso/tomate/choclo Pirco de porotos verdes	Mapo tofù Arroz c/ verduras	Hamburguesa de carne vegetal Hummus de garbanzo	Pasta c/ tofù y arvejas
POSTRE A ELECCIÓN	Macedonia de frutas Maicena c/ salsa de moras Jalea	Compota de frutas Flan bicolor c/ caramelo Jalea	Cremell de tres leches Budín de pan Jalea c/ manzana	Carpaccio de naranja Suspiro limeño Jalea	Bavarois de piña Tarta frola Jalea



Minuta

Colegio Alemán

Cuarta semana octubre 2025



	LUNES 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
ENSALADA	Ensaladas mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Cosnóme de ave c/ huevos	Consomé vermicelli	Crema natural de verduras	Sopa de carne c/ pastinas	Consomé de ave c/ pastinas
PLATO FONDO Alternativa 1	Huevo frito Carbonestrón (lentejas y verduras)	Asado alemán Charquicán de verduras	Pollo al jugo Papas doradas	Porotos Pancho Villa (Chorizo y huevo frito)	Estofado de vacuno
PLATO FONDO Alternativa 2	Carne mongoliana Arroz perla	Vacuno a la ccaerola Spaghetti al pesto	Lasaña de zapallitos c/ carne	Ragout mixto Arroz perla	Espiraes salsa boloñesa c/ queso rallado
PLATO HIPOCALÓRICO	Ensalada Quínoa c/ filete de pollo grillada	Asado alemán Molde de cous cous y ensaladas	Pollo al jugo Ensaladas surtidas	Atún al plato	Omelet queso/tomate/champiñones Ensaladas urtidas
PLATO VEGETARIANO	Huevo frito Carbonestrón (lentejas y verduras)	Hamburguesa de carne vegetal Charquicán de verduras	Lasaña de zapallito c/ carne vegetal	Bastones de tofú apanados Porotos guisados	Omelet queso/tomate/champiñones Espiraes al perejil
POSTRE A ELECCIÓN	Fruta c/ yogurt Sémola c/ caramelo Jalea	Mousse de vainilla Migado de frutas Jalea c/ duraznos	Macedonia de frutas Flan caramelo c/ caramelo Jalea	Ciruelas c/ mote Pie de limón Jalea	Carpaccio de naranja Delicream c/ almendras Jalea



Minuta

Colegio Alemán

Quinta semana octubre 2025



	LUNES 27	MARTES 28	MIÉRCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 31
ENSALADA	Ensaladas mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	
SOPA	Consomé vermicelli	Crema de espárragos c/ crutones	Consomé de ave c/ huevos	Crema natural de verduras	
PLATO FONDO Alternativa 1	Pulpa de cerdo asada Arvejas guisadas	Pastel de papas	Lasaña boloñesa	Suprema de ave Puré de papas	FESTIVO
PLATO FONDO Alternativa 2	Vacuno al jugo Arroz graneado	Escalopa de ave a la brodalesa Tortilla de verduras	Prietas cebolla frita (2u) Papas doradas	Huevo frito Garbanzos guisados	
PLATO HIPOCALÓRICO	Vacuno al jugo Ensaladas surtidas	Escalopa de ave a la brodalesa Ensaladas surtidas	Omelet queso/champimon/pimientos Ensaladas surtidas	Ensalada César c/ filete de pollo grillado	
PLATO VEGETARIANO	Huevo frito Arvejas guisadas	Pastel de papas c/ carne vegetal	Lasaña boloñesa c/ carne vegetal	Hamburguesa de verduras Garbanzos guisados	
POSTRE A ELECCIÓN	Macedonia de frutas Flan chocolate c/ caramelo Jalea c/ crema	Fruta c/ yogurt Tarta de frutas Jalea	Huesillos con mote Bavarois de piña Jalea c/ manzana	Ensalada de frutas Leche asada Jalea	

