



Minuta Alimentación

Mayo 2022

Colegio Alemán de Valparaíso



www.comalim.cl

contacto@comalim.cl

Minuta

Colegio Alemán

Primera semana mayo 2022



	LUNES 02	MARTES 03	MIÉRCOLES 04	JUEVES 05	VIERNES 06
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Consomé de ave c/ huevos	Sopa de carne c/ sémola	Crema de choclo c/ crutones	Carbonada de verduras	Consomé de ave c/ pastinas
PLATO FONDO Alternativa 1	Vacuno a la cacerola Arroz árabe	Chorizo asado Menestrone	Huevo frito Charquicán c/ carne	Lasaña mixta (pollo y carne)	Zapallitos rellenos gratinados Papas doradas
PLATO FONDO Alternativa 2	Spaghetti boloñesa c/ queso rallado	Milanesa de vacuno Puré de papas	Pulpa de cerdo al jugo Budín de verduras	Trutro de pavo al jugo Arroz graneado y papas dado	Escalopa de ave al orégano Pirco de porotos verdes
PLATO HIPOCALÓRICO	Vacuno a la cacerola Ensaladas surtidas	Trozo de pascualina Ensaladas surtidas	Ensalada Thai	Trutro de pavo al jugo Molde de arroz y ensaladas	Zapallitos rellenos gratinados Ensaladas surtidas
PLATO VEGETARIANO	Tortilla de porotos verdes-zanahoria Arroz árabe	Hamburguesa de carne vegetal Menestrone	Huevo frito Charquicán de verduras	Lasaña de verduras	Zapallitos rellenos con avena Papas doradas
POSTRE A ELECCIÓN	Macedonia de frutas Sémola c/ caramelo Jalea	Ciruelas c/ mote Kuchen de frutas Jalea	Fruta c/ yogurt Delicream c/ almendras Jalea	Bavarois de naranja Flan chocolate c/ caramelo Jalea	Suspiro limeño Tarta Frola Jalea



Minuta

Colegio Alemán

Segunda semana mayo 2022



	LUNES 09	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Sopa de carne c/ pastinas	Consomé de ave c/ sémola	Pancutras	Crema de espárragos c/ crutones	Empanada de pino al horno
PLATO FONDO Alternativa 1	Tallarines orientales c/ pollo	Pollo arvejado Arroz graneado	Tomaticán con carne Papas dado (papas fritas en cubos)	Fetuccini salsa Alfredo	Cazuela de vacuno
PLATO FONDO Alternativa 2	Pulпитos de salchichas Lentejas parmesanas	Pastel de papas	Pechuga de pavo a la cava Budín de verduras	Pechuga der ave york Arroz verde	Rollo de carne italiana Tortilla de acelgas
PLATO HIPOCALORICO	Escalopa de ave al orégano Molde de cous cous y ensaladas	Pollo asado Ensaladas surtidas	Pechuga de pavo a la cava Ensaladas surtidas	Pechuga de ave york Ensaladas surtidas	Omelet champiñón-queso Ensaladas surtidas
PLATO VEGETARIANO	Huevo frito Lentejas parmesanas	Pastel de papas c/ carne vegetal	Budín de verduras Papa dado (papas fritas en cubos)	Tortilla de verduras Arroz verde	Omelet champiñón-queso Verduras salteadas
POSTRE A ELECCIÓN	Durazno al jugo en cubitos Maicena c/ salsa de vino Jalea	Mousse de chocolate Leche asada Jalea	Compota de frutas Flan bicolor c/ caramelo Jalea	Huesillos con mote Maicena c/ salsa de damascos Jalea	Cremell de frambuesa Budín de pan Jalea



Minuta

Colegio Alemán

tercera semana mayo 2022



	LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Consomé de ave c/ huevos	Consomé vermicelli	Crema natural de verduras	Consomé de ave c/ huevos	Crema de choclo c/ pebre
PLATO FONDO Alternativa 1	Goulash húngaro Rigatti al perejil	Pulpa de cerdo asada Puré de arvejas	Tallarines bontoux	Varitas de merluza apanadas Puré mixto (papa-zapallo)	Estofado de pavo
PLATO FONDO Alternativa 2	Pollo a la vizcaina Arroz amarillo	Bolitas de carne al tuco Puré de papas	Hamburguesa casera al oporto Tortilla de zanahoria-cilantro	Ragout mixto Arroz graneado	Vacuno a la ccaerola Berenjenas al tuco
PLATO HIPOCALÓRICO	Pollo a la vizcaina Ensaladas surtidas	Panqueques atún-choclo c/ salsa bechamel (2u)	Hamburguesa casera al oporto Molde de quínoa y ensaladas	Wraps de pollo y verduras (2u)	Atún al plato
PLATO VEGETARIANO	Budín de zapallitos italianos Arroz amarillo	Panqueques rellenos con verduras c/ salsa bechamel (2u)	Tortilla de zanahoria-cilantro Tallarines salteados	Wraps rellenos c/ verduras y arroz (2u)	Berenjenas al tuco Papas salteadas
POSTRE A ELECCIÓN	Plátano alegre Sémola c/ caramelo Jalea	Macedonia de frutas Brownie c/ azúcar flor Jalea	Fruta c/ yogurt Pie de limón Jalea	Flan de vainilla c/ caramelo Migado de frutas Jalea	Leche nevada Panqueque c/ manjar Jalea



Minuta

Colegio Alemán

cuarta semana mayo 2022



	LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
ENSALADA	Ensaladas mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Consomé de ave c/ arroz	Sopa de carne c/ sémola	Consomé de ave c/ huevos	Consomé de ave c/ sémola	Crema de verduras c/ cilantro
PLATO FONDO Alternativa 1	Carne mechada guisada Espirales al perejil	Chorizo asado Garbanzos guisados	Croquetas de pescado y verduras Ensaladilla rusa (papa-zanahoria-cebolla-huevo y mayonesa)	Cubos de cerdo salsa teriyaki y sésamo Arroz perla	Pollo arvejado Papas fritas
PLATO FONDO Alternativa 2	Salteado de pollo Chaps sui de verduras	Trutro de pollo asado Arroz primavera	Strogonoff de vacuno Spaghetti a la mantequilla	Pastel de carne c/ burgol Puré de papas	Ravioles salsa italiana carne
PLATO HIPOCALÓRICO	Carne mechada guisada Ensaladas surtidas	Trutro de pollo asado Ensaladass urtidas	Ensalada César c/ cubos de pollo salteados	Pastel de carne c/ burgol Molde de arroz y ensaladas	Pechuga de pollo asada Ensaladas surtidas
PLATO VEGETARIANO	Chap sui de verduras Espirales al perejil	Hamburguesa de carne vegetal Garbanzos guisados	Risotto de cous cous c/ verduras y champiñones	Budín de verduras Arroz perla	Acelgas-choclo a la crema Papas fritas
POSTRE A ELECCIÓN	Piña al jugo en cubitos Maicena c/ salsa de moras Jalea	Cremell de frambuesa Biscocho asturiano Jalea	Compota de frutas Leche asada Jalea	Bavarois de piña c/ trocitos de piña Huesillos con mote Jalea	Flan bicolor c/ salsa manjar Encanelados Jalea



Minuta

Colegio Alemán

quinta semana mayo 2022



	LUNES 30	MARTES 31	MIÉRCOLES 01	JUEVES 02	VIERNES 03
ENSALADA	Ensaladas mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Consomé de ave c/ huevos	Pancutras	Consomé de ave c/ arroz	Crema de espárragos c/ crutones	Chaparrita
PLATO FONDO Alternativa 1	Spaghetti boloñesa c/ queso rallado	Huevo frito Charquicán c/ carne	Chorizo asado Porotos c/ tallarines	Pescado frito Arroz graneado	Cazuela de albóndigas
PLATO FONDO Alternativa 2	Pechuga de pavo acaramelada Tortilla de verduras	Ragout de ave Arroz al curry	Vacuno al jugo Puré de papas	Lomito de cerdo apanado Verduras a la crema	Strogonoff de ave c/ champiñón Pasta tricolor a la mantequilla
PLATO HIPOCALÓRICO	Tortilla de verduras Molde de cous cous y ensaladas	Tortilla de quinoa con pollo Ensaladas surtidas	Carne mechada guisada Ensaladas surtidas	Rollo de pescado a la mantequilla Papa asada y ensaladas	Ensalada China
PLATO VEGETARIANO	Tortilla de verduras Spaghetti cremosos	Huevo frito Charquicán de verduras	Berenjenas rebozadas Puré de papas	Verduras a la crema Arroz graneado	Ratatouille provenzal Papas salteadas
POSTRE A ELECCIÓN	Fruta c/ yogurt Sémola c/ salsa frambuesa Jalea	Turrón de vino c/ galletas Migado de frutas Jalea	Mousse de chocolate Suspiro limeño Jalea	Macedonia de frutas Encanelados Jalea	Flan de lúcuma c/ salsa manajra Budín de pan Jalea

