



# Minuta Alimentación Alumnos (Modalidad para llevar)

Junio 2022

Colegio Alemán de Valparaíso



[www.comalim.cl](http://www.comalim.cl)

[contacto@comalim.cl](mailto:contacto@comalim.cl)

# Minuta

## Colegio Alemán alumnos

Primera semana junio 2022



	LUNES 06	MARTES 07	MIÉRCOLES 08	JUEVES 09	VIERNES 10
<b>PLATO FONDO</b> <i>Alternativa 1</i>	<i>Chap sui de ave</i> <i>Arroz perla</i>	<i>Huevo frito</i> <i>Lentejas parmesanas</i>	<i>Vacuno arvejado</i> <i>Papas doradas</i>	<i>Lasaña mixta (pollo y carne)</i>	<i>Estofado de ave</i>
<b>PLATO FONDO</b> <i>Alternativa 2</i>	<i>Ravioles c/ pesto y queso rallado</i>	<i>Suprema de ave</i> <i>Puré de papas</i>	<i>Pulpa de cerdo al jugo</i> <i>Tortilla de verduras</i>	<i>Chorizo asado</i> <i>Porotos guisados</i>	<i>Goulash húngaro</i> <i>Arroz graneado</i>
<b>PLATO</b> <b>HIPOCALÓRICO</b>	<i>Escalopa de ave al orégano</i> <i>Ensaladas surtidas</i>	<i>Panqueques atún-verduras c/ salsa</i> <i>bechamel-queso (2u)</i>	<i>Tortilla de verduras</i> <i>Molde de quínoa y ensaladas</i>	<i>Budín de verduras</i> <i>Ensaladas surtidas</i>	<i>Omelet champiñón-queso</i> <i>Ensaladas surtidas</i>
<b>PLATO</b> <b>VEGETARIANO (A PEDIDO)</b>	<i>Chap de verduras</i>	<i>Panqueques verduras c/ salsa</i> <i>bechamel-queso (2u)</i>	<i>Tortilla de verduras</i> <i>Papas doradas</i>	<i>Huevo frito</i> <i>Porotos guisados</i>	<i>Berenjenas asadas</i> <i>Arroz graneado</i>



# Minuta

## Colegio Alemán

Segunda semana junio 2022



	LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
<b>PLATO FONDO Alternativa 1</b>	Ragout de vacuno Spaghetti a la mantequilla	Pollo arvejado Arroz graneado	Tomatacán con carne Papas dado (papas fritas en cubos)	Bolitas de carne al tuco Arroz al curry	Cazuela de ave
<b>PLATO FONDO Alternativa 2</b>	Filetitos de ave salteados Puré de arvejas	Pastel de papas	Pechuga de pavo a la cava Budín de verduras	Longaniza asada Garbanzos guisados	Strogonoff de vacuno Pasta a la mantequilla
<b>PLATO HIPOCALORICO</b>	Ensalada César c/ cubos de pollo salteados	Atún al plato	Pechuga de pavo a la cava Ensaladas surtidas	Trozo de Pascualina Ensalada surtidas	Tortilla de porotos verdes Ensaladas surtidas
<b>PLATO VEGETARIANO (A PEDIDO)</b>	Brochetas de verduras Puré de arvejas	Tortilla de zanahoria-cilantro Puré de papas	Budín de verduras Papas dado (papas fritas en cubos)	Bolitas de carne vegetal al tuco Arroz al curry	Tortilla de porotos verdes Pasta a la mantequilla



# Minuta

## Colegio Alemán

tercera semana junio 2022



	LUNES 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
<b>PLATO FONDO</b> <i>Alternativa 1</i>	Salchichas asadas Carbonestrón (lentejas y verduras)	<b>FESTIVO</b>	Fetuccini salsa Alfredo	Milanesa de vacuno Puré mixto (papa-zapallo)	Zapallito relleno gratinado Papas doradas
<b>PLATO FONDO</b> <i>Alternativa 2</i>	Carne mechada guisada Arroz árabe		Rollitos de pescado Puré de verduras	Longaniza asada Porotos negros guisados y porción de arroz blanco	Corbatitas salsa boloñesa c/ queso rallado
<b>PLATO HIPOCALÓRICO</b>	Ensalada China		Omelet choclo-tomate-queso Ensaladas surtidas	Escalopa de ave grille Molde de cous cous y ensaladas	Zapallitos relleno gratinado Ensaladas surtidas
<b>PLATO VEGETARIANO (A PEDIDO)</b>	Huevo frito Carbonestrón (lentejas y verduras)		Salteado de verduras Fetuccini a la mantequilla	Porotos negros guisados Porción de arroz blanco	Zapallitos relleno avena Papas doradas



# Minuta

## Colegio Alemán

cuarta semana junio 2022



	LUNES 27	MARTES 28	MIÉRCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 01
PLATO FONDO Alternativa 1	<b>FESTIVO</b>	Rollo de carne italiana Arvejas guisadas	Spaghetti boloñesa c/ queso rallado	Huevo frito Puré de garbanzos	Pollo al jugo Papas rusticas
PLATO FONDO Alternativa 2		Cubos de cerdo salsa teriyaki y sésamo Arroz perla	Pescado frito Puré de papas	Budín de verduras Arroz amarillo	Ñoquis salsa pomodoro
PLATO HIPOCALÓRICO		Ensalada César c/ cubos de pollo salteados	Pescado al horno Papa asada y ensaladas	Budín de verduras Ensaladas surtidas	Tortilla de acelgas Ensaladas surtidas
PLATO VEGETARIANO (A PEDIDO)		Tortilla de verduras Arroz perla	Coliflores rebozadas Puré de papas	Huevo frito Puré de garbanzos	Ñoquis salsa pomodoro

