



Minuta Alimentación

Septiembre 2022

Colegio Alemán de Valparaíso



www.comalim.cl

contacto@comalim.cl

Minuta

Colegio Alemán

Primera semana septiembre 2022



	LUNES 05	MARTES 06	MIÉRCOLES 07	JUEVES 08	VIERNES 09
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Escalopa de ave	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Consomé vermicelli	Crema de espárragos c/ crutones	Consomé de ave c/ sémola	Crema de verduras c/ cilantro	Sopa de carne c/ verduras
PLATO FONDO Alternativa 1	Tallarines orientales c/ pollo	Pastel de zapallitos c/ carne Papas doradas	Huevo frito Charquicán c/ carne	Lasaña mixta (pollo y carne)	Vacuno a la cacerola Puré de papas
PLATO FONDO Alternativa 2	Huevo frito Lentejas parmesanas	Pulpa de cerdo a la chilena Arroz primavera	Chorizo asado Porotos c/ tallarines	Trutro de pavo al jugo Guiso de acelgas y papas dado (papas fritas en cubos)	Suprema de ave Verduras a la crema
PLATO FONDO Alternativa Hipocalórica	Escalopa de ave al orégano Ensaladas surtidas	Pastel de zapallitos c/ carne Ensaladas surtidas	Ensalada César c/ cubos de pollo salteados	Trutro de pavo al jugo Molde de cous cous y ensaladas	Vacuno a la cacerola Ensaladas surtidas
PLATO VEGETARIANO	Huevo frito Lentejas parmesanas	Pastel de zapallitos c/ carne vegetal Papas doradas	Huevo frito Charquicán de verduras	Guiso de acelgas Papas dado (papas fritas en cubos)	Berenjenas rebozadas Puré de papas
Postre a elección	Macedonia de frutas Sémola c/ caramelo Jalea	Cremell de tres leches Kuchen de frutas Jalea	Delicream c/ almendras Brownie c/ azúcar flor Jalea	Fruta c/ yogurt Budín de pan Jalea	Macedonia de frutas Suspiro limeño Jalea



Minuta

Colegio Alemán

Segunda semana septiembre 2022



	LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	
SOPA	Consomé de ave c/ huevos	Carbonada de verduras	Sopa de carne c/ verduras	Empanada de pino al horno	
PLATO FONDO Alternativa 1	Ragout de pavo Arroz amarillo	Ravioles salsa italiana carne	Huevo frito Garbanzos guisados	Vacuno al horno Papas a la rusa	FESTIVO
PLATO FONDO Alternativa 2	Pulpa de cerdo asada Puré de arevijas	Escalopa de ave al orégano Guiso de zapallitos italianos	Strogonoff de vacuno Puré de papas	Trutro de pollo asado Arroz graneado	
PLATO FONDO Alternativa Hipocalórica	Atún al plato	Escalopa de ave al orégano Ensaladas surtidas	Tortilla de acelgas Molde de arroz y ensaladas	Vacuno al horno Ensaladas surtidas	
PLATO VEGETARIANO	Huevo frito Puré de arevijas	Guiso de zapallitos italianos Papas rusticas	Tortilla de acelgas Puré de papas	Verduras asadas Arroz graneado	
Postre a elección	Fruta c/ yogurt Maicena c/ salsa de damascos Jalea	Mousse de chocolate Tarta frola Jalea	Bavaois de naranja Leche nevada Jalea	Huesillos con mote Leche asada Jsalea	



Minuta

Colegio Alemán

tercera semana septiembre 2022



	LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
ENSALADA		Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA		Crema de espárragos c/ cilantro	Sopa de carne c/ verduras	Consomé de ave c/ huevos	Crema de choclo c/ albahaca
PLATO FONDO Alternativa 1	FESTIVO	Chorizo asado Carbonestrón (lentejas y verduras)	Pastel de papas	Tomatacán con carne Arroz graneado	Pollo arvejado Puré de papas
PLATO FONDO Alternativa 2		Fetuccini salsa Alfredo			
PLATO FONDO Alternativa Hipocalórica		Naturista Quesillo	Omelet champiñón-queso Ensaladas surtidas	Wraps de ave y verduras (2u)	Budín de verduras Molde de cous cous y ensaladas
PLATO VEGETARIANO					
Postre a elección		Flan de caramelo c/ caramelo Jalea	Macedonia de frutas Migado de frutas	Budín de pan Jalea	Fruta c/ yogurt Sémola c/ caramelo



Minuta

Colegio Alemán

cuarta semana septiembre 2022



	LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
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	Consomé de ave c/ sémola	Chaparrita
PLATO FONDO Alternativa 1	Spaghetti boloñesa c/ queso rallado	Longaniza asada Porotos guisados	Strogonoff de ave c/ champiñón Arroz al curry	Huevo frito Puré de garbanzos	Cazuela de ave
PLATO FONDO Alternativa 2	Tortilla de zanahoria Cous cous cremoso	Rollitos de pescado Puré mixto (papa-zapallo)	Pulpa de cerdo a la chilena Verduras a la crema	Carne mechada guisada Rigatti c/ albahaca	Goulash húngaro Arroz verde
PLATO FONDO Alternativa Hipocalórica	Ensalada César c/ cubos de pollo salteados	Quiche de verduras Ensaladas surtidas	Escalopa de ave al orégano Molde de arroz y ensaladas	Carne mechada guisada Ensaladas surtidas	Ensalada Thai
PLATO VEGETARIANO	Spaghetti boloñesa c/ carne vegetal	Coliflores rebozadas Puré mixto (papa-zapallo)	Berenjenas al tuco Arroz al curry	Huevo frito Puré de garbanzos	Hamburguesa de carne vegetal Papas fritas y cebolla caramelizada
Postre a elección	Macedonia de frutas Flan de vainilla c/ caramelo Jalea	Bavarois de piña c/ trocitos piña Encanelados Jalea	Frutillas en salsa Leche asada Jalea	Cremell de pie de limón Panqueque c/ manjar Jalea	Turrón de café Maicena c/ salsa de vino Jalea

