



# Minuta Alimentación

Febrero 2024

Colegio Alemán de Valparaíso



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

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

# Minuta

## Colegio Alemán

Primera semana febrero 2024



	LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31	JUEVES 01	VIERNES 02
<b>ENSALADA</b>	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
<b>SOPA</b>	Consomé de ave c/ sémola	Crema de verduras c/ crutones	Sopa de carne c/ verduras	Consomé reina	Empanada de pino al horno
<b>PLATO FONDO</b>	Chorizo asado Lentejas parmesanas	Hamburguesa casera cebolla frita Puré mixto (papa-zapallo)	Tallarines bontoux	Tomatacán con carne Arroz graneado	Cazuela de vacuno
<b>PLATO HIPOCALORICO</b>	Vacuno al jugo Budín de verduras	Wraps de pollo y verduras (2u)	Ensalada Thai c/ filete de pollo grillado	Pechuga de pavo a la cava Molde de cous cous y ensaladas	Naturista Quesillo
<b>PLATO VEGETARIANO</b>	Huevo frito Lentejas parmesanas	Hamburguesa carne vegetal cebolla frita Puré mixto (papa-zapallo)	Berenjenas al tuco Spaghetti c/ albahaca	Hamburguesa de garbanzos Arroz graneado	Carbonada de verduras
<b>POSTRE A ELECCIÓN</b>	Flan de lúcuma c/ salsa manjar Jalea	Helado Jalea	Sandia Jalea	Helado Jalea	Macedonia de verano Jalea



# Minuta

## Colegio Alemán

Segunda semana febrero 2024



	LUNES 05	MARTES 06	MIÉRCOLES 07	JUEVES 08	VIERNES 09
<b>ENSALADA</b>	<i>Ensalada mixta</i>	<i>Ensalada mixta</i>	<i>Ensalada mixta</i>	<i>Ensalada mixta</i>	<i>Ensalada mixta</i>
<b>SOPA</b>	<i>Consomé de ave c/ huevos</i>	<i>Sopa de carne c/ pastinas</i>	<i>Crema de espárragos c/ crutones</i>	<i>Consomé de ave c/ sémola</i>	<i>Crema de choclo c/ crutones</i>
<b>PLATO FONDO</b>	<i>Pulpa de cerdo al jugo</i> <i>Puré de arvejas</i>	<i>Estofado de ave</i>	<i>Carne mongoliana</i> <i>Arroz perla</i>	<i>Spaghetti boloñesa c/ queso</i> <i>rallado</i>	<i>Pastel de choclos</i>
<b>PLATO HIPOCALORICO</b>	<i>Ensalada César c/ cubos de pollo</i> <i>salteados</i>	<i>Carne mechada guisada</i> <i>Ensaladas surtidas</i>	<i>Croquetas de pescado y verduras</i> <i>Molde de arroz y ensaladas</i>	<i>Pollo al jugo</i> <i>Ensaladas surtidas</i>	<i>Omelet campeón-queso</i> <i>Molde de cous cosu y ensaladas</i>
<b>PLATO FONDO VEGETARIANO</b>	<i>Huevo frito</i> <i>Puré de arvejas</i>	<i>Tortilla de acelgas</i> <i>Papas salteadas</i>	<i>Asado alemán carne vegetal</i> <i>Arroz perla</i>	<i>Spaghetti boloñesa c/ carne vegetal</i>	<i>Pastel de choclo c/ carne vegetal</i>
<b>POSTRES A ELECCIÓN</b>	<i>Maicena c/ salsa de vino</i> <i>Jalea</i>	<i>Helado</i> <i>Jalea</i>	<i>Delicream c/ almendras</i> <i>Jalea</i>	<i>Melón</i> <i>Jalea</i>	<i>Helado</i> <i>Jalea</i>



# Minuta

## Colegio Alemán

Tercera semana febrero 2024



	LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
<b>ENSALADA</b>	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
<b>SOPA</b>	Sopa de carne c/ sémola	Consomé de ave c/ huevos	Crema de natural de verduras	Carbonada de ave	Crema de espárragos c/ crutones
<b>PLATO FONDO</b>	Goulash húngaro Arroz graneado	Huevo frito Garbanzos guisados	Suprema de ave Puré de papas	Raviiolos c/ salsa italiana carne	Trutro de pollo asado Papas doradas
<b>PLATO HIPOCALORICO</b>	Pechuga de pavo asada Molde de arroz y ensaladas	Vacuno al horno Tortilla de verduras	Hamburguesa casera Molde de quínoa y ensaladas	Ensalada China c/ filete de pollo grillado	Trutro de pollo asado Ensaladas surtidas
<b>PLATO VEGETARIANO</b>	Budín de zapallitos italianos Arroz graneado	Huevo frito Garbanzos guisados	Hamburguesa de carne vegetal Puré de papas	Hamburguesa de lentejas Curry de verduras	Berenjenas s rebozadas Papas doradas
<b>POSTRE A ELECCIÓN</b>	Helado Jalea	Sandia Jalea	Cremell tres leches Jalea	Leche asada Jalea	Huesillos con mote Jalea



# Minuta

## Colegio Alemán

Cuarta semana febrero 2024



	LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
<b>ENSALADA</b>	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
<b>SOPA</b>	Crema de verduras c/ crutones	Sopa de carne c/ pastinas	Crema natural de verduras	Consomé de ave c/ huevos	Sopa de carne c/ verduras
<b>PLATO FONDO Alternativa 1</b>	Fetuccini salsa Alfredo	Chorizo asado Porotos granados con mazamorra	Vacuno arvejado Puré de papas	Tomaticán con carne Arroz graneado	Escalopa de ave grillada Humita en olla
<b>PLATO FONDO Alternativa 2</b>			Pollo al jugo Budín de zapallitos/choclo	Pulpa de cerdo asada Pirco de porotos verdes	Pastel de papas
<b>PLATO HIPOCALORICO</b>	Ensalada César c/ cubos de pollo salteados	Carne mechada guisada Molde de arroz y ensaladas	Pollo al jugo Ensaladas surtidas	Molde de atún/huevo/palta Ensaladas surtidas	Escalopa de ave grillada Molde de cous cous y ensaladas
<b>PLATO VEGETARIANO</b>	Verduras salteadas Fetuccini a la mantequilla	Hamburguesa de carne vegetal Porotos granados con mazamorra	Budín de zapallitos/choclo Puré de papas	Pirco de porotos verdes Arroz granado	Pastel de papas c/ carne vegetal
<b>POSTRE A ELECCIÓN</b>	Macedonia de verano Jalea	Leche nevada Jalea	Durazno natural Helado c/ galletas Jalea	Melón Sémola c/ caramelo Jalea	Sandía Flan vainilla c/ salsa manjar Jalea



# Minuta

## Colegio Alemán

Quinta semana febrero 2024



	LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 01
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Consomé de ave c/ sémola	Crema de verduras c/ crutones	Sopa de carne c/ verduras	Crema de pollo c/ crutones	Consomé de ave c/ pastinas
PLATO FONDO Alternativa 1	Pulpa de cerdo asada Lentejas parmesanas	Rollo de carne italiana Puré mixto (papa-zapallo)	Goulash de ave Pasta tricolor al perejil	Huevo frito Garbanzos guisados	Chorillana de vacuno
PLATO FONDO Alternativa 2	Carne mechada guisada Arroz verde	Pollo asado Verduras a la crema	Cerdo al jugo Papas leonesas	Goulash húngaro Arroz al perejil	Spaghetti boloñesa c/ queso rallado
PLATO FONDO Alternativa Hipocalórica	Carne mechada guisada Molde de arroz y ensaladas	Wraps de pollo y verduras (2u)	Ensalada Thai c/ filete de pollo grillado	Omelet queso/tomate/albahaca Molde de cous cous y ensaladas	Quiche de jamón y champiñones Ensaladas surtidas
PLATO FONDO Alternativa Vegetariana	Huevo frito Lentejas parmesanas	Berenjenas rebozadas Rissoto de quinoa	Guiso de zapallitos italianos c/ carne vegetal Papas leonesas	Onelet queso/tomate/albahaca Arroz al perejil	Spaghetti boñoesa c/ carne vegetal
POSTRE A ELECCIÓN	Melón Flan de lúcumo c/ salsa manjar Jalea	Helado Migado de frutas Jalea	Sandia Sémola c/ caramelo Jalea	Helado Mousse de chocolate Jalea	Macedonia de verano Suspiro limeño Jalea

