



Minuta Alimentación

Junio 2024

Colegio Alemán de Valparaíso



www.comalim.cl

contacto@comalim.cl

Minuta

Colegio Alemán

Primera semana junio 2024



	LUNES 03	MARTES 04	MIÉRCOLES 05	JUEVES 06	VIERNES 07
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Crema de verduras c/ crutones	Consomé de ave c/ huevos	Sopa de carne c/ sémola	Consomé de ave c/ pastinas	Crema natural de verduras
PLATO FONDO Alternativa 1	Vacuno a la cacerola Arroz primavera	Pulpa de cerdo acaramelada Garbanzos guisados	Bolitas de carne al tuco Fetuccini al perejil	Suprema de ave Puré mixto (papa-zapallo)	Lasaña mixta (pollo y carne)
PLATO FONDO Alternativa 2	Escalopa de ave al orégano Guiso de zapallitos italianos	Huevo frito Charquicán con carne	Pechuga de pavo asada Budín de coliflor/brocoli	Longaniza asada Arvejas guisadas	Goulash hungaro Arroz perla
PLATO FONDO Alternativa Hipocalorico	Vacuno a la cacerola Molde de cous cous y ensaladas	Ensalada César c/ filete de pollo grillado	Pechuga de pavo asada Ensaladas surtidas	Escalopa de ave al orégano Tortilla de zanahoria-cilantro	Omelet queso/tomate/choclo Molde de arroz y ensaladas
PLATO FONDO Alternativa Vegetariana	Guiso de zapallitos italianos c/ carne vegetal Arroz perla	Huevo frito Charquicán de verduras	Cubos de tofu salteados Budín de coliflor/brocoli	Hamburguesa de carne vegetal Arvejas guisadas	Omelet queso/tomate/choclo Espirales al perejil
POSTRES A ELECCIÓN	Fruta c/ yogurt Flan de chocolate c/ caramelo Jalea	Bavarois de naranja Migado de frutas Jalea	Carpaccio de naranja Encanelados Jalea	Macedonia de frutas Leche nevada Jalea	Compota de invierno Sémola c/ salsa frambuesa Jalea



Minuta

Colegio Alemán

Segunda semana junio 2024



	LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
ENSALADA	<i>Ensalada mixta</i>	<i>Ensalada mixta</i>	<i>Ensalada mixta</i>	<i>Ensalada mixta</i>	<i>Ensalada mixta</i>
SOPA	<i>Consomé vermicelli</i>	<i>Crema de choclo c/ crutones</i>	<i>Consomé de ave c/ huevos</i>	<i>Sopa de carne c/ verduras</i>	<i>Empanada de pino/empanada vegetariana</i>
PLATO FONDO Alternativa 1	<i>Chorizo y huevo frito Lentejas parmesanas</i>	<i>Spaghetti boloñesa c/ queso rallado</i>	<i>Vacuno a la cacerola Papas leonesas</i>	<i>Churrasco de vacuno Porotos guisados</i>	<i>Cazuela de vacuno</i>
PLATO FONDO Alternativa 2	<i>Pollo arvejado Arroz amarillo</i>	<i>Milanesa de vacuno Puré de papas</i>	<i>Rollo de carne italiana Berenjenas al tuco</i>	<i>Chap sui de ave Arroz perla</i>	<i>Ragout mixto Espirales al perejil</i>
PLATO FONDO Alternativa Hipocalorico	<i>Pechuga de pollo asada Ensaladas surtidas</i>	<i>Naturista Quesillo</i>	<i>Rollo de carne italiana Ensaladas surtidas</i>	<i>Ensalada China c/ filete de pollo grillado</i>	<i>Pechuga de pavo asada Molde de quinoa y ensaladas</i>
PLATO FONDO Alternativa Vegetariana	<i>Huevo frito Lentejas parmesanas</i>	<i>Spaghetti boloñesa c/ carne vegetal</i>	<i>Hamburguesa de porotos negros Berenjenas al tuco</i>	<i>Omelet queso/champiñón Arroz perla</i>	<i>Bastones de tofú apanados Budín de verduras</i>
POSTRE A ELECCIÓN	<i>Durazno kiwi naranja Maicena c/ salsa de vino Jalea</i>	<i>Delicream c/ almendras Kuchen de frutas Jalea</i>	<i>Compota de frutas Cremell de pie de limón c/ merengue Jalea</i>	<i>Turrón de vino c/ galletas Brownie c/ azúcar flor Jalea</i>	<i>Macedonia de frutas Suspiro limeño Jalea</i>



Minuta

Colegio Alemán

Tercera semana junio 2024



	LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta		Ensalada mixta
SOPA	Crema de verduras c/ crutones	Consomé de ave c/ huevos	Crema de espárragos c/ crutones		Sopa de carne c/ verduras
PLATO FONDO Alternativa 1	Carne mechada guisada Arroz árabe	Pastel de papas	Pancutras	FESTIVO	Ravioles salsa italiana carne
PLATO FONDO Alternativa 2	Salchicha y huevo frito Puré de arvejas	Trutro de pavo guisado Coliflores rebozadas	Cerdo a la chilena Papas doradas		Pollo asado Budín de zapallitos/choclo
PLATO FONDO Alternativa Hipocalorico	Carne mechada guisada Ensaladass urtidas	Trutro de pavo guisado Molde de cous cous y ensaladas	Ensalada César c/ filete de pollo grillado		Pollo asado Ensaladas surtidas
PLATO FONDO Alternativa Vegetariana	Huevo frito Puré de arvejas	Pastel de papas c/ carne vegetal	Berenjenas al tuco Papas doradas		Hamburguesa de lentejas Budin de zapallitos/choclo
POSTRE A ELECCIÓN	Macedonia de frutas Sémola c/ caramelo Jalea	Fruta c/ yogurt Budín de pan Jalea	Carpaccio de naranja Flan de caramelo c/ caramelo Jalea		Turrón de frambuesa Delicream c/ almendras Jalea



Minuta

Colegio Alemán

Cuarta semana junio 2024



	LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Consomé de ave c/ huevos	Crema de espárragos c/ crutones	Sopa de carne c/ pastinas	Consomé de ave c/ huevos	Consomé de ave c/ huevos
PLATO FONDO Alternativa 1	Carne mongoliana Arroz perla	Ajiaco	Pescado frito Papas a la rusa	Pulpa de cerdo asada Porotos guisados	Trutro de pollo asado Papas fritas
PLATO FONDO Alternativa 2				Tomaticán con carne Arroz graneado	
PLATO FONDO Alternativa Hipocalorico	Ensalada Thai c/ filete de pollo grillado	Hamburguesa de pavo guisada Ensaladas surtidas	Pechuga de ave york Ensaladas surtidas	Naturista jamón/palmitos/huevo	Carne mechada guisada Ensaladas surtidas
PLATO FONDO Alternativa Vegetariana	Omelet queso/tomate/pimientos Arroz perla	Hamburguesa de carne vegetal Espirales al perejil	Tortilla de acelgas Puré de papas	Cubos de tofú marinados Porotos guisados	Verduras salteadas Papas fritas
POSTRES A ELECCIÓN	Flan vainilla c/ caramelo Jalea	Macedonia de frutas Leche asada	Pie de limón Jalea	Compota de frutas Kuchen de manzana	Fruta c/ yogurt Jalea

