



Minuta Alimentación Alumnos (Modalidad para llevar)

Julio 2024

Colegio Alemán de Valparaíso



www.comalim.cl

contacto@comalim.cl

Minuta

Colegio Alemán alumnos

Primera semana julio 2024



	LUNES 01	MARTES 02	MIÉRCOLES 03	JUEVES 04	VIERNES 05
ENSALADA					
PLATO FONDO Alternativa 1					
PLATO FONDO Alternativa 2	WINTERPAUSE	WINTERPAUSE	WINTERPAUSE	WINTERPAUSE	WINTERPAUSE
PLATO HIPOCALORICO					
PLATO VEGETARIANO					
POSTRES A ELECCIÓN					



Minuta

Colegio Alemán

Segunda semana julio 2024



	LUNES 08	MARTES 09	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
ENSALADA					
PLATO FONDO Alternativa 1					
PLATO FONDO Alternativa 2	WINTERPAUSE	WINTERPAUSE	WINTERPAUSE	WINTERPAUSE	WINTERPAUSE
PLATO HIPOCALORICO					
PLATO VEGETARIANO					
POSTRE A ELECCIÓN					



Minuta

Colegio Alemán

Tercera semana julio 2024



	LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
ENSALADA	Ensalada mixta		Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
PLATO FONDO Alternativa 1	Longaniza asada Arvejas guisadas	FESTIVO	Fetuccini salsa Alfredo	Bolitas de carne al tuco Arroz graneado	Pescado frito Papas a la rusa
PLATO FONDO Alternativa 2	Vacuno a la inglesa Arroz árabe		Escalopa de ave al orégano Budin de verduras	Pulpa de cerdo asada Garbanzos guisados	Pollo asado Spaghetti salsa zanahoria
PLATO HIPOCALORICO	Atún al plato		Escalopa de ave al orégano Ensaladas surtidas	Ensalada César c/ filete de pollo grillado	Pescado al horno Papa asada y ensaladas
PLATO VEGETARIANO	Tortilla de zanahoria/cilantro Arroz árabe		Pasta c/ tofú y arvejas	Huevo frito Garbanzos guisados	Omelet queso/champiñón Spaghetti salsa zanahoria
POSTRE A ELECCIÓN	Durazno naranja kiwi Sémola c/ caramelo Jalea		Fruta c/ yogurt Flan vainilla c/ caramelo Jalea	Turrón de vino c/ galletas Biscocho asturiano Jalea	Cremell de frambuesa Migado de frutas Jalea



Minuta

Colegio Alemán

Cuarta semana julio 2024



	LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
PLATO FONDO Alternativa 1	Plateada a la cacerola Arroz primavera	Tomaticán con carne Papas doradas	Ajiaco	Vacuno arvejado Arroz graneado	Suprema de ave Puré de papas
PLATO FONDO Alternativa 2	Pechuga de pavo acaramelada Verduras a la crema	Chorizo asado Porotos guisados	Pechuga de ave york Espirales al perejil	Salchicha y huevo frito Carbonestrón (lentejas y verduras)	Ravioles salsa italiana carne
PLATO HIPOCALORICO	Pechuga de pavo acaramelada Molde de arroz y ensaladas	Natiurista jamón/palmitos/huevo	Quiche de jamón y champiñones Ensaladas surtidas	Vacuno al horno Ensaladas surtidas	Wraps de pollo y verduras (2u)
PLATO VEGETARIANO	Hamburguesa de quínoa Verduras a la crema	Huevo frito Porotos guisados	Omelet queso/tomate/choclo Espirales al perejil	Mapo tofú Arroz graneado	Hamburguesa de porotos negros Verduras asadas
POSTRES A ELECCIÓN	Carpaccio de naranja Flan de caramelo c/ caramelo Jalea	Cremell de pie de limón c/ merengue Budín de pan Jalea	Compota de frutas Leche asada Jalea	Fruta c/ yogurt Kuchen de frutas Jalea	Bavarois de guinda Encanelados Jalea



Minuta

Colegio Alemán

Quinta semana julio 2024



	LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31	JUEVES 01	VIERNES 02
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
PLATO FONDO Alternativa 1	Churrasco de vacuno Puré de arvejas	Pollo asado Puré mixto (papa-zapallo)	Tallarines bontoux	Goulash húngaro Arroz amarillo	Estofado de ave
PLATO FONDO Alternativa 2	Carne mechada guisada Arroz graneado	Cerdo acaramelado Tortilla de verduras	Huevo frito Charquicán con carne	Chorizo asado Garbanzos guisados	Asado alemán Espirales cremosos
PLATO HIPOCALORICO	Carne mechada guisada Ensaladas surtidas	Ensalada China c/ filete de pollo grillado	Atún al plato	Pascualina c/ pollo Ensaladas surtidas	Asado alemán Molde de quínoa y ensaladas
PLATO VEGETARIANO	Hamburguesa de carne vegetal Puré de arvejas	Tortilla de verduras Puré mixto (papa-zapallo)	Huevo frito Charquicán con carne vegetal	Berenjena rellena c/ tofú Arroz amarillo	Omelet queso/tomate/pimientos Espirales cremosos
POSTRES A ELECCIÓN	Macedonia de frutas Sémola c/ salsa manjar Jalea	Ciruelas c/ mote Brownie c/ azúcar flor Jalea	Fruta c/ yogurt Flan de coco c/ caramelo Jalea	Bavarois de naranja Sopaipillas c/ salsa chancaca Jalea	Carpaccio de naranja Suspiro limeño Jalea

