



Minuta Alimentación

Noviembre 2024

Colegio Alemán de Valparaíso



www.comalim.cl

contacto@comalim.cl

Minuta

Colegio Alemán

Primera semana noviembre 2024



	LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
ENSALADA		Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA		Crema de choclo c/ crutones	Consomé de ave c/ huevos	Consomé vermicelli	Empanada de pino/Vegetariana choclo
PLATO FONDO Alternativa 1		Huevo frito Carbonestrón (lentejas y verduras)	Pulpa de cerdo al jugo Papas rusticas	Tomatacán con carne Arroz graneado	Cazuela de vacuno
PLATO FONDO Alternativa 2		Fetuccini salsa Alfredo	Rollo de carne italiana Guiso de zapallitos italianos	Longaniza asada Porotos guisados	Salteado chino de pollo y verduras Spaghetti a la mantequilla
PLATO HIPOCALORICO		Wraps de atún y verduras(2u)	Rollo de carne italiana Ensaladas surtidas	Ensalada Thai c/ filete de pollo grillado	Omelet queso/tomate/choclo Ensaladas surtidas
PLATO VEGETARIANO		Huevo frito Carbonestrón (lentejas y verduras)	Guiso de zapallitos c/ carne vegetal Papas rusticas	Tortilla de acelgas Arroz graneado	Omelet queso/tomate/choclo Spaghetti a la mantequilla
POSTRE A ELECCIÓN		Duraznos al jugo en cubitos Mousse de manjar Jalea	Frutillas en salsa Bavaois de piña Jalea	Macedonia de frutas Delicream c/ almendras Jalea	Ciruelas c/ mote Suspiro limeño Jalea



Minuta

Colegio Alemán

Segunda semana noviembre 2024



	LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Consomé de ave c/ huevos	Sopa de carne c/ verduras	Crema de espárragos c/ crutones	Consomé de ave c/ arroz	Crema natural de verduras
PLATO FONDO Alternativa 1	Vacuno a la cacerola Arroz primavera	Pastel de papas	Ragout de pavo Arroz al curry	Suprema de ave Puré mixto (papa-zapallo)	Lasaña boloñesa
PLATO FONDO Alternativa 2	Rebozado de ave Puré de arvejas	Pechuga de ave york Espirales al pesto	Caldillo de mariscos	Churrasco de vacuno Porotos granados c/ mazamorra	Pulpa de cerdo al jugo Tortilla de verduras
PLATO HIPOCALORICO	Vacuno a la cacerola Ensaladas surtidas	Pechuga de ave york Ensaladas surtidas	Naturista Quesillo	Hamburguesa casera guisada Molde de cous cous y ensaladas	Pollo asado al limón Ensaladas surtidas
PLATO VEGETARIANO	Huevo frito Puré de arvejas	Pastel de papas c/ acrne vegetal	Berenjena rellena c/ tofú Arroz al curry	Hamburguesa de carne vegetal Porotos granados c/ mazamorra	Pasta c/ tofú y arvejas
POSTRE A ELECCIÓN	Fruta c/ yogurt Flan lúcuma c/ salsa manjar Jalea	Compota de frutas Leche asada Jalea	Frutillas en salsa Maicena c/ salsa de moras Jalea	Macedonia de frutas Mousse de moka Jalea	Turrón de vino c/ galletas Helado c/ salsa chocolate Jalea



Minuta

Colegio Alemán

Tercera semana noviembre 2024



	LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Crema de choclo c/ crutones	Consomé de ave c/ huevos	Sopa de carne c/ verduras	Consomé de ave c/ arroz	Crema naturla de verduras
PLATO FONDO Alternativa 1	Pollo al jugo Arroz al ciboulette	Ravioles salsa italiana carne	Milanesa de vacuno Puré de papas	Longaniza asada Porotos negros guisados	Vacuno arvejado Papas doradas
PLATO FONDO Alternativa 2	Salchicha y huevo frito Lentejas parmesanas	Pechuga de pavo acaramelada Budín de zapallitos/choclo	Pulpa de cerdo al jugo Pirco de porotos verdes	Asado alemán Spaghetti al pesto	Aji de gallina peruano Arroz perla
PLATO HIPOCALORICO	Omelet queso/champiñón Ensaladas surtidas	Pechuga de pavo acaramelada Molde de quínoa y ensaladas	Ensalada César c/ filete de pollo grillado	Asado alemán Ensaladas surtidas	Vacuno al horno Ensaladas surtidas
PLATO VEGETARIANO	Omelet queso/champiñón Arroz al ciboulette	Hamburguesa de garbanzos Budín de zapallitos/choclo	Bastones de tofú apanados Pirco de porotos verdes	Hamburguesa de carne vegetal Fetuccini al pesto	Mapo tofú Papas doradas
POSTRE A ELECCIÓN	Macedonia de frutas Sémola c/ caramelo Jalea	Helado Migado de frutas Jalea	Compota de frutas Bavarois de naranja Jalea	Frutillas en salsa Flan frutilla c/ caramelo Jalea	Fruta c/ yogurt Helado c/ galleta Jalea



Minuta

Colegio Alemán

Cuarta semana noviembre 2024



	LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Crema de espárragos c/ crutones	Consomé de ave c/ huevos	Sopa de carne c/ verduras	Consomé de ave c/ pastinas	Crema de verduras c/ cilantro
PLATO FONDO Alternativa 1	Spagfetti boloñesa c/ queso rallado	Chorizo asado Garbanzos guisados	Vacuno a la inglesa Arroz primavera	Ragout mixto Espirales al perejil	Trutro de pollo asado Puré de papas
PLATO FONDO Alternativa 2	Pollo guisado Budín de verduras	Huevo frito Charquicán c/ carne	Croqueta frita de merluza Verduras salteadas	Pulpa de cerdo asada Ens porotos ala chilena c/ tomate	Hamburguesa de pavo guisada Arroz árabe
PLATO HIPOCALORICO	Pollo guisado Ensaladas surtidas	Naturista Jamón/huevo/palmitos	Vacuno a la inglesa Ensaladas surtidas	Bowls ensaladas c/ quinoa y pollo	Trutro de pollo asado Ensaladas surtidas
PLATO VEGETARIANO	Spaghetti boloñesa c/ carne vegetal	Cubos de tofú apanados Garbanzos guisados	Hamburguesa de lentejas Verduras salteadas	Omelet queso/tonate/albahaca Espirales al perejil	Berebjenas rellenas c/ tofú Puré de papas
POSTRE A ELECCIÓN	Helado c/ galletas Flan de vainilla c/ caramelo Jalea	Macedonia de frutas Delicream c/ almendras Jalea	Frutillas en salsa Leche asada Jalea	Huesillos con mote Bavarois de guinda Jalea	Helado Tarta de frutillas Jalea

