



Minuta Alimentación

Diciembre 2024

Colegio Alemán de Valparaíso



www.comalim.cl

contacto@comalim.cl

Minuta

Colegio Alemán

Primera semana diciembre 2024



	LUNES 02	MARTES 03	MIÉRCOLES 04	JUEVES 05	VIERNES 06
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Crema de chocho c/ crutones	Consomé de ave c/ pastinas	Sopa de carne c/ verduras	Crema natural de verduras	Empanada de pino/Vegetariana
PLATO FONDO Alternativa 1	Vacuno al jugo Fetuccini al pesto	Huevo frito Lentejas parmesanas	Hamburguesa casera guisada Puré mixto (papa-zapallo)	Pechuga de ave york Arroz graneado	Cazuela de vacuno
PLATO FONDO Alternativa 2	Escalopa de ave al oregano Pirco de porotos verdes	Tomaticán con carne Arroz perla	Pechuga de pavo acaramelada Humita en olla	Longaniza asada Porotos negros guisados	Tallarines salteados c/ verduras y pollo
PLATO FONDO Alternativa Hipocalórica	Vacuno al jugo Ensaladas surtidas	Naturista Quesillo	Wrap de pollo y verduras (2u)	Omelet queso/tomate/albahaca Ensaladas surtidas	Pollo asado al limón Molde de quinoa bicolor y ensaladas
PLATO FONDO Alternativa Vegetariana	Bastones de tofú apanados Pirco de porotos verdes	Huevo frito Lentejas parmesanas	Hamburguesa de carne vegetal Humita en olla	Omelet queso/tomate/albahaca Arroz graneado	Pasta c/ tofú y arvejas
POSTRE A ELECCIÓN	Guindas Helado c/ galletas Jalea	Macedonia de frutas Leche nevada Jalea	Frutillas en salsa Flan chocolate c/ caramelo Jalea	Ciruelas c/ mote Mousse de manjar Jalea	Fruta c/ yogurt Helado c/ salsa chocolate Jalea



Minuta

Colegio Alemán

Segunda semana diciembre 2024



	LUNES 09	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Consomé de ave c/ huevos	Crema de espárragos c/ crutones	Consomé vermicelli	Consomé de ave c/ arroz	Crema natural de verduras
PLATO FONDO Alternativa 1	Chap sui de ave Arroz perla	Pastel de zapallitos c/ carne Papas doradas	Estofado de vacuno	Chorizo asado Porotos c/ mazamorra	Hot dog italiano Papas fritas
PLATO FONDO Alternativa 2	Churrasco de vacuno Arvejas guisadas	Fetuccini salsa Alfredo	Escalopa de ave grillada Tortilla de acelgas	Ravioles salsa italiana carne	Ragout mixto Arroz c/ verduras
PLATO FONDO Alternativa Hipocalórica	Ensalada Thai c/ filete de pollo grillado	Pastel de zapallitos c/ carne Ensaladas surtidas	Escalopa de ave grillada Ensaladas surtidas	Pechuga de pavo asada Ensaladas surtidas	Escalopa de vacuno guisada Ensaladas surtidas
PLATO FONDO Alternativa Vegetariana	Huevo frito Arvejas guisadas	Pastel de zapallitos c/ carne vegetal Papas doradas	Estofado de Cochayuyo	Cubos de tofú salteados Porotos c/ mazamorra	Budín de verduras Papas fritas
POSTRE A ELECCIÓN	Helado Sémola c/ caramelo Jalea	Guindas Cremell pie de limón c/ merengue Jalea	Macedonia de frutas Migado de frutas Jalea	Frutillas en salsa Helado c/ galletas Jalea	Melón Flan coco c/ salsa manjar Jalea



Minuta

Colegio Alemán

Tercera semana diciembre 2024



	LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Sopa de carne c/ verduras	Consomé de ave c/ huevos	Consomé de choclo c/ crutones	Crema natural de verduras	Consomé vermicelli
PLATO FONDO Alternativa 1	Spaghetti boloñesa c/ queso rallado	Pollo arvejado Arroz graneado	Milanesa de vacuno Puré de papas	Arroz Valenciana	Lasaña mixta (pollo y carne)
PLATO FONDO Alternativa 2	Huevo frito Carbonestrón (lentejas y verduras)	Prietas cebolla frita (2u) Papas doradas	Brochetas de carne mixta Puré de garbanzos al merquén	Escalopa de ave grillada Humita en olla	Chuleta de cerdo guisada Verduras salteadas
PLATO FONDO Alternativa Hipocalórica	Pechuga de pavo asada Ensladas surtidas	Ensalada César c/ filete de pollo grillado	Atún al plato	Escalopa de ave grillada Molde de quinoa bicolor y ensaladas	Carne mechada guisada Ensaladas surtidas
PLATO FONDO Alternativa Vegetariana	Spaghetti boloñesa c/ carne vegetal	Berenjenas rellenas c/ tofú Arroz graneado	Omelet queso/champiñón Puré mixto (papa-zapallo)	Hamburguesa de carne vegetal Humita en olla	Lasaña boloñesa c/ carne vegetal
POSTRE A ELECCIÓN	Fruta c/ yogurt Maicena c/ salsa de vino Jalea	Guindas Helado c/ galletas Jalea	Frutillas en salsa Flan vainilla c/ caramelo Jalea	Melón Leche asada Jalea	Sandia Helado c/ galletas Jalea



Minuta

Colegio Alemán

Cuarta semana diciembre 2024



	LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta		Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Crema espárragos c/ crutones	Consomé de ave c/ sémola		Sopa de carne c/ pastinas	Consomé de ave c/ pastinas
PLATO FONDO Alternativa 1	Vacuno a la inglesa Espirales al pesto	Chorizo asado Porotos c/ mazamorra	NAVIDAD	Carne mongoliana Arroz perla	Trutro de pollo asado Puré de papas
PLATO FONDO Alternativa 2		Pastel de papas			
PLATO FONDO Alternativa Hipocalórica	Vacuno a la inglesa Ensaladas surtidas	Ensalada China c/ filete de pollo grillado		Naturista jamón/huevo/palmitos	Trutro de pollo asado Ensaladas surtidas
PLATO FONDO Alternativa Vegetariana	Tortilla de verduras Espirales al pesto	Pastel de papas c/ carne vegetal		Mapo tofú Arroz perla	Hamburguesa de carne vegetal Papas fritas
	Melón Sémola c/ caramelo Jalea	Guindas Helado c/ salsa chocolate Jalea		Sandía Flan lúcuma c/ caramelo Jalea	Melón Helado c/ galletas Jalea

