



Minuta Alimentación Septiembre 2022

Colegio Valle del Aconcagua



www.comalim.cl

contacto@comalim.cl

Minuta

Colegio Valle del Aconcagua

Primera semana septiembre 2022



	LUNES 05	MARTES 06	MIÉRCOLES 07	JUEVES 08	VIERNES 09
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Escalopa de ave	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Consomé vermicelli	Crema de espárragos c/ crutones	Consomé de ave c/ sémola	Crema de verduras c/ cilantro	Chaparrita
PLATO FONDO Alternativa 1	Tallarines orientales c/ pollo	Pastel de zapallitos c/ carne Papas doradas	Vacuno a la cacerola Puré de papas	Lasaña mixta (pollo y carne)	Ajiaco
PLATO FONDO Alternativa 2	Huevo frito Lentejas parmesanas	Pulpa de cerdo a la chilena Arroz primavera	Chorizo asado Porotos c/ tallarines	Trutro de pavo al jugo Guiso de acelgas y papas dado (papas fritas en cubos)	
PLATO FONDO Alternativa Hipocalórica	Escalopa de ave al orégano Ensaladas surtidas	Pastel de zapallitos c/ carne Ensaladas surtidas	Ensalada César c/ cubos de pollo salteados	Trutro de pavo al jugo Molde de cous cous y ensaladas	Omelet jamón-tomate.choclo Ensaladas surtidas
Postre a elección	Sémola c/ caramelo Jalea	Kuchen de frutas Jalea	Delicream c/ almendras Jalea	Fruta c/ yogurt Jalea	Suspiro limeño Jalea



Minuta

Colegio Valle del Aconcagua

Segunda semana septiembre 2022



	LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta		
SOPA	Consomé de ave c/ huevos	Carbonada de verduras	Sopa de carne c/ verduras		
PLATO FONDO Alternativa 1	Ragout de pavo Arroz amarillo	Ravioles al pesto c/ queso rallado	Strogonoff de vacuno Puré de papas		FESTIVO
PLATO FONDO Alternativa 2	Vacuno al horno Verduras salteadas	Pechuga de ave york Papas rusticas	Huevo frito Garbanzos guisados		
PLATO FONDO Alternativa Hipocalórica	Atún al plato	Pechuga de ave york Ensaladas surtidas	Tortilla de verduras Molde de quínoa y ensaladas		
Postre a elección	Macedonia de frutas Jalea	Tarta frola Jalea	Bavarois de naranja Jalea		



Minuta

Colegio Valle del Aconcagua

Tercera semana septiembre 2022



	LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
ENSALADA					
SOPA					
PLATO FONDO Alternativa 1	FESTIVO	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES
PLATO FONDO Alternativa 2					
PLATO FONDO Alternativa Hipocalórica					
Postre a elección					



Minuta

Colegio Valle del Aconcagua

Cuarta semana septiembre 2022



	LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Consomé de ave c/ huevos	Sopa de carne c/ sémola	Crema de choclo c/ crutones	Consomé de ave c/ sémola	Empanada de pino al horno
PLATO FONDO Alternativa 1	Fetuccini salsa Alfredo	Longaniza asada Porotos guisados	Goulash de ave Arroz al curry	Carne mechada guisada Papas rusticas	Cazuela de ave
PLATO FONDO Alternativa 2	Tortilla de zanahoria Cous cous cremoso	Rollitos de pescado Puré mixto (papa-zapallo)	Pulpa de cerdo a la chilena Verduras a la crema	Ñoquis salsa pomodoro	
PLATO FONDO Alternativa Hipocalórica	Ensalada César c/ cubos de pollo salteados	Quiche de verduras Ensaladas surtidas	Escalopa de ave al orégano Molde de arroz y ensaladas	Carne mechada guisada Ensaladas surtidas	Ensalada Thai
Postre a elección	Flan de vainilla c/ caramelo Jalea	Bavarois de piña c/ trocitos piña Jalea	Frutillas en salsa Jalea	Cremell de pie de limón Jalea	Maicena c/ salsa de vino Jalea

