



Minuta Alimentación Marzo 2026

Colegio Valle del Aconcagua



www.comalim.cl

contacto@comalim.cl

Minuta

Colegio Valle del Aconcagua

Primera semana marzo 2026



	LUNES 02	MARTES 03	MIÉRCOLES 04	JUEVES 05	VIERNES 06
ENSALADA MIXTA	Lechuga costina /repollo morado Zanahoria cilantro Choclo	Lechuga hidropinica Betarraga rallada sésamo Pepino bastones ciboulette	Lechuga costina Tomate Porotos verdes cebolla morada	Lechuga hidroponica Betarraga/zanahoria cubos Cocayuyo salsa verde	Espinacas Choclo/tomate cilantro Lechuga escarola
SOPA	Sopa de carne c/ verduras	Consomé de ave c/ sémola	Consomé vermicelli	Consomé de ave c/ huevos	Crema natural de verduras
PLATOS DE FONDO	Vacuno a la inglesa Zapallitos rellenos gratinados	Salsa Alfredo Escalopa de ave al orégano	Longaniza asada Asado aleman	Tomaticàn con carne Croquetas fritas de pescado (2u)	Lasaña mixta (pollo y carne)
ACOMPÑAMIENTOS	Arroz primavera Papas doradas	Spaghetti a la mantequilla Tortilla de porotos verdes	Porotos negros guisados Puré de papas	Arroz perla Ensalada papas a la rusa	
PLATO HIPOCALORICO	Vacuno a la inglesa Ensaladas surtidas	Omelet queso/champiñón/tomate Ensaladas surtidas	Pollo asado Ensaladas surtidas	Croquetas fritas de pescado (2u) Molde de arroz y ensaladas	Hipocalorico a gusto
POSTRE A ELECCION	Duraznoa al jugo en cubitos Helado c/ salsa manjar Jalea	Macedonia de frutas Sémola c/ salsa de moras Jalea c/ crema	Melón Helado c/ galletas Jalea	Fruta c/ yogurt Flan de vainilla c/ salsa manjar Jalea c/ duraznos	Platano c/ manjar y mostacilla chocolate Bavarois de guinda Jalea c/ merengue



Minuta

Colegio Valle del Aconcagua

Segunda semana marzo 2026



	LUNES 09	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
ENSALADA MIXTA	Lechuga/zanahoria Tomate aceitunas Pepino cubos cilantro	Lechuga/espinacas Betarraga cubos huevo rallado Mix primavera	Tomate/pepino/cilantro Zanahoria Lechuga hidropónica/aceitunas	Repollo cilantro Betrraga rallada c/ sésamo Zanahoria	Lechuga costina Porotos negros /cebolla morada /cilantro espinacas
SOPA	Consomé ave c/ huevos	Sopa de carne c/ pastinas	Crema natural de verduras	Sopa de carne c/ verduras	Consomé de ave c/ pastinas
PLATOS DE FONDO	Pollo salteado al wok Pulpa de cerdo acaramelada	Huevo frito Salsa boloñesa	Pollo arvejado Goulash húngaro	Omelet queso/jamón Carne mechada guiasa	Estofado de vacuno
ACOMPAÑAMIENTOS	Arroz chino frito Budín de verduras	Fetuccini a la mantequilla Arvejas guisadas	Papas doradas Arroz perla	Espirales salsa zanahoria Verduras salteadas	
PLATO HIPOCALORICO	Wraps de pollo y verduras (2u)	Pastel de carne Molde de cous cous y ensaladas	Hipocalorico a gusto	Carne mechada guiasa Ensaladas surtidas	Ensalada César c/ filete de pollo grillado
POSTRE A ELECCION	Fruta c/ yogurt Helado c/ salsa chocolate Jalea c/ duraznos	Macedonia de frutas Maicena c/ salsa de damascos Jalea	Mix de melón Flan chocolate c/ caramelo Jalea c/ crema	Compota de frutas Suspiro limeño Jalea	Uva Turrón de vino c/ galletas Jalea



Minuta

Colegio Valle del Aconcagua

Tercera semana marzo 2026



	LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
ENSALADA MIXTA	Lechuga esccarola Choclo/zanahoria cubos Tomate aceitunas	Lechuga costina Tomate Habas/arvejititas/cebollin	Lechugaa hidroponica Porotos verdes /pimientos Betrraga rallada c/ sésamo	Lechuga esccarola Tomate albahaca Papas/arvejititas/mayo	Lechuga costina Repollo morado/zanahoria Choclo aceitunas
SOPA	Sopa de carne c/ sémola	Crema natural de verduras	Consomé de ave c/ huevos	Crema de choclo c/ cilantro	Empanada de pino al horno
PLATOS DE FONDO	Vacuno a la ccaerola Chorizo asado	Asado aleman Espirales al pesto	Zapallito relleno c/ pollo Papas fritas	Ravioles salsa italiana carne	Cazuela de vacuno
ACOMPÑAMIENTOS	Arroz c/ verduras Lentejas parmesanas	Pizza de papas napolitana	Arroz jardinera c/ carne y huevo	Pollo asado al limón Tortilla de acelgas	
PLATO HIPOCALORICO	Vacuno a la ccaerola Ensaladas surtidas	Asado aleman Ensaladas surtidas	Ensalada Tahi c/ filete de pollo grillado	Pollo asado al limón Ensaladas surtidas	Hipocalorico a gusto
POSTRE A ELECCION	Macedonia de frutas Sémola c/ caramelo Jalea c/ crema	Fruta c/ yogurt Helado c/ galletas Jalea	Uva Migado de frutas Jalea c/ crema	Ensalada de frutas Flan de lúcumá c/ salsa manjar Jalea	Fruta natural surtida Leche asada Jalea c/ merengue



Minuta

Colegio Valle del Aconcagua

Cuarta semana marzo 2026



	LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
ENSALADA MIXTA	Tomate/repollo/cilantro Lechuga costina Porotos verdes/cebolla morada	Lechuga escarola Zapallo italiano/zanahoria salteados Tomate	Mix de lechugas /aceitunas Repollo/ cilantro Zanahoria	Lechuga hidropónica /zanahoria Betarraga rallada sèsamo Avejitas	Lechuga costina Repollo morado/zanahoria Tomate albahaca
SOPA	Consomé de ave c/sémola	Consomé vermicelli	Crema natural de verduras	Consomé de ave c/ huevos	Sopa de carne c/ pastinas
PLATOS DE FONDO	Escalopa de ave a la bordalesa Pulpa dse cerdo acaramelada	Chorizo asado Stroganoff de vacuno	Pescado frito Vacuno a la cacerola	hamburguesa napolitana Chap sui de ave	Pulpa de cerdo asada Guiso de repollo morado y papas rusticas
ACOMPAÑAMIENTOS	Spaghetti a la primavera Pirco de porotos verdes	Porotos granados c/ mazamorra Arroz graneado	Ens papas mayo-tomate chilena Espirales salsa pomodoro	Papas fritas Arroz perla	
PLATO HIPOCALORICO	Escalopa de ave a la bordalesa Ensaladas surtidas	Hipocalorico al gusto	Pescado al horno Papa asada y ensaladas	Ensalada César c/ filete de pollo grillado	Panqueque ave-choclo gratinado (1u) Ensaladas surtidas
POSTRE A ELECCION	Macedonia de frutas Helado c/ galletas Jalea c/ crema	Fruta c/ yogurt Bavaois de naranja Jalea c/ duraznos	Compota de membrillos Leche nevada Jalea	Helado c/ galletas Suspiro limeño Jalea	Uva Delicream c/ almnedras Jalea c/ crema

