



Minuta Alimentación Noviembre 2023

Colegio Valle del Aconcagua



www.comalim.cl

contacto@comalim.cl

Minuta

Colegio Valle del Aconcagua

Primera semana Noviembre 2023



	LUNES 06	MARTES 07	MIÉRCOLES 08	JUEVES 09	VIERNES 10
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Consomé de ave c/ sémola	Consomé vermicelli	Crema natural de verduras	Consomé de ave c/ pastinas	Sopa de carne c/ pastinas
PLATO FONDO Alternativa 1	Fetuccini salsa Alfredo	Cubos de cerdo salteados Porotos negros guisados	Carne mechada guisada Arroz árabe	Lasaña mixta (pollo y carne)	Pollo arvejado Papas doradas
PLATO FONDO Alternativa 2	Ragout de pavo Arroz amarillo	Suprema de ave Puré de papas	Croquetas fritas de pescado Verduras a la crema	Huevo frito Charquicán con carne	
PLATO HIPOCALORICO	Ensalada China c/ filete de pollo salteado	Escalopa de ave al orégano Ensaladas surtidas	Carne mechada guisada Molde de arroz y ensaladas	Quiche de verduras Ensaladas surtidas	Pechuga de pavo acaramelada Molde de quínoa y ensaladas
POSTRE A ELECCION	Fruta c/ yogurt Sémola c/ caramelo Jalea	Frutillas en salsa Leche asada Jalea	Carpaccio de naranja Delicream c/ almendras Jalea	Macedonia de frutas Suspiro limeño Jalea	Huesillos con mote Jalea



Minuta

Colegio Valle del Aconcagua

Segunda semana Noviembre 2023



	LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta		Ensalada mixta
SOPA	Crema de verduras c/ crutones	Consomé de ave c/ huevos	Consomé vermicelli		Sopa de carne c/ verduras
PLATO FONDO Alternativa 1	Pollo salteado al wok Arroz chino frito	Tomaticán con carne Papas doradas (papas fritas en cubos)	Omelet jamón-queso Rigatti a la crema		Milanesa de vacuno Puré mixto (papa-zapallo)
PLATO FONDO Alternativa 2	Pulpa de cerdo acaramelada Budín de verduras	Chorizo asado Poortos c/ tallarines	Pastel de zapapllitos c/ carne Papas rusticas		
PLATO HIPOCALORICO	Budín de verduras Molde de arroz y ensaladas	Ensalada César c/ filete de pollo salteado	Omelet jamón-queso Ensaladas surtidas		Trozo de Pascualina Ensaladas surtidas
POSTRE A ELECCION	Helado Flan coco c/ caramelo Jalea	Plátano c/ salsa manjar y chips chocolate Cremell de pie de limón c/ merengue Jalea	Frutillas en salsa Bavarois de naranja Jalea		Maicena c/ salsa de moras Jalea



Minuta

Colegio Valle del Aconcagua

Tercera semana Noviembre 2023



	LUNES 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Consomé de ave c/ huevos	Crema de espárragos c/ crutones	Sopa de carne c/ verduras	Consomé reina	Empanada de pino al horno
PLATO FONDO Alternativa 1	Spaghetti boloñesa c/ queso rallado	Goulash de ave Arroz al curry	Pulpa de cerdo al jugo Puré de papas	Brochetas de carne mixta Puré de garbanzos al merquén	Cazuela de vacuno
PLATO FONDO Alternativa 2	Salchicha y huevo frito Lentejas parmesanas	Pastel de papas	Pechuga de ave york Verduras a la crema	Vacuno al horno Pasta tricolor salsa zanahoria	
PLATO HIPOCALORICO	Vacuno al horno Ensaladas surtidas	Wraps de pollo y verduras (2u)	Pechuga de ave york Ensaladas surtidas	Pechuga de pavo a la cava Molde de cous cous y ensaladas	Atún al plato
POSTRE A ELECCION	Macedonia de frutas Flan vainilla c/ caramelo Jalea	Sémola c/ caramelo Tarta de frutillas Jalea	Frutillas en salsa Mousse de chocolate Jalea	Fruta c/ yogurt Leche nevada Jalea	Helado Jalea



Minuta

Colegio Valle del Aconcagua

Cuarta semana Noviembre 2023



	LUNES 27	MARTES 28	MIÉRCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 01
ENSALADA	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA	Crema de choclo c/ crutones	Consomé vermicelli	Consomé de ave c/ huevos	Crema de verduras c/ crutones	Sopa de carne c/ pastinas
PLATO FONDO Alternativa 1	Vacuno a la inglesa Arroz árabe	Chorizo asado Porotos granados c/ mazamorra	Rollitos de pescado (4 uds) Arroz chino frito	Completo italiano (1u) Papas fritas	Pulpa de cerdo asada Guiso de repollo morado y papas rusticas
PLATO FONDO Alternativa 2	Escalopa de ave al orégano Acelgas-choclo a la crema	Strogonoff de vacuno Espirales al perejil	Pollo arvejado Puré de papas	Pechuga de pavo acaramelada Tallarines de espinacas cremosos	
PLATO HIPOCALORICO	Vacuno a la inglesa Molde de arroz y ensaladas	Ensalada Thai c/ filete de pollo grillado	Naturista Quesillo	Pechuga de pavo acaramelada Molde de cous cous y ensaladas	Panqueque ave-choclo gratinado Ensaladas surtidas
POSTRE A ELECCION	Helado Maicena c/ salsa de frambuesa Jalea	Compota de frutas Turrón de frambuesa Jalea	Frutillas en salsa Migado de frutas Jalea	Helado Leche asada Jalea	Melón Jalea

