



Minuta Alimentación Septiembre 2023

Colegio Valle del Aconcagua



www.comalim.cl

contacto@comalim.cl

Minuta

Colegio Valle del Aconcagua

Primer semana septiembre 2023



| | LUNES 04 | MARTES 05 | MIÉRCOLES 06 | JUEVES 07 | VIERNES 08 |
|------------------------------|--|---|---|--|-----------------------------|
| ENSALADA | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta |
| SOPA | Consomé de ave c/ huevos | Sopa de carne c/ verduras | Crema natural de verduras | Consomé de ave c/ huevos | Crema de choclo c/ crutones |
| PLATO FONDO Alternativa 1 | Spaghetti boloñesa c/ queso rallado | Huevo frito Garbanzos guisados | Omelet jamón-queso Rigatti cremosos | Pollo arvejado Papas doradas | Estofado de vacuno |
| PLATO FONDO Alternativa 2 | Pechuga de pavo a la cava Tortilla de verduras | Milanesa de vacuno Puré mixto (papa-zapallo) | Vacuno a la inglesa Verduras salteadas | Bolitas de carne al tuco Arroz graneado | |
| PLATO HIPOCALÓRICO | Pechuga de pavo a la cava Molde de quínoa y ensaladas | Wraps de pollo y verduras (2u) | Omelet jamón-queso-tomate Ensaladas surtidas | Pechuga de pollo asada Ensaladas surtidas | Quesillo al plato |
| POSTRE A ELECCIÓN | Plátano alegre Maicena c/ salsa moras Jalea | Macedonia de frutas Flan de chocolate c/ caramelo Jalea | Delicream c/ almendras Brownie c/ azúcar flor Jalea | Fruta c/ yogurt Encanelados Jalea | Suspiro limeño Jalea |



Minuta

Colegio Valle del Aconcagua

Segunda semana septiembre 2023



| | LUNES 11 | MARTES 12 | MIÉRCOLES 13 | JUEVES 14 | VIERNES 15 |
|----------------------------------|--|---|---|--|--------------------------------------|
| ENSALADA | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta | |
| SOPA | Sopa de carne c/ pastinas | Crema de espárragos c/ crutones | Consomé vermicelli | Carbonada de vacuno | |
| PLATO FONDO Alternativa 1 | Tallarines orientales c/ pollo | Pollo al jugo Arroz graneado | Tomatacán con carne Papas dado (papas fritas en cubos) | Fetuccini salsa Alfredo | MENU MEJORADO FIESTAS PATRIAS |
| PLATO FONDO Alternativa 2 | Churrasco de vacuno Arvejas guisadas | Pastel de papas | Pechuga de pavo acaramelada Budín de verduras | Escalopa de ave a la bordalesa Arroz verde | |
| PLATO HIPOCALORICO | Ensalada César c/ cubos de pollo salteados | Hamburguesa de porotos negros Molde de arroz y ensaladas | Atún al plato | Escalopa de ave a la bordalesa Ensaladas surtidas | |
| POSTRE A ELECCION | Fruta c/ yogurt Sémola c/ caramelo Jalea | Turrón de frambuesa Migado de frutas Jalea | Delicream c/ almendras Brazo de reina Jalea | Macedonia de frutas Flan de vainilla c/ caramelo Jalea | |



Minuta

Colegio Valle del Aconcagua

Tercera semana septiembre 2023



| | LUNES 18 | MARTES 19 | MIÉRCOLES 20 | JUEVES 21 | VIERNES 22 |
|------------------------------|-----------------|------------------|---------------------|-------------------|-------------------|
| ENSALADA | | | | | |
| SOPA | | | | | |
| PLATO FONDO Alternativa 1 | FESTIVO | FESTIVO | VACACIONES | VACACIONES | VACACIONES |
| PLATO FONDO Alternativa 2 | | | | | |
| PLATO HIPOCALÓRICO | | | | | |
| POSTRE A ELECCIÓN | | | | | |



Minuta

Colegio Valle del Aconcagua

Cuarta semana septiembre 2023



| | LUNES 25 | MARTES 26 | MIÉRCOLES 27 | JUEVES 28 | VIERNES 29 |
|------------------------------|--|--|--|---|--|
| ENSALADA | Ensaladas mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta | Ensalada mixta |
| SOPA | Crema de espárragos c/ crutones | Sopa de carne c/ sémola | Crema natural de verduras | Consomé de ave c/ sémola | Empanada de pino al horno |
| PLATO FONDO Alternativa 1 | Carne mongoliana Arroz perla | Vacuno a la inglesa Rigatti salsa zanahoria | Pescado frito Papas a la rusa | Strogonoff de vacuno Spaghetti al perejil | Cazuela de vacuno |
| PLATO FONDO Alternativa 2 | Huevo frito Lentejas paremasanas | Lasaña de zapallitos c/ carne | Trutro de pollo asado Arroz árabe | Hamburguesa de pavo guisada Guiso de acelgas y papas salteadas | |
| PLATO HIPOCALÓRICO | Omelet champiñón-queso Ensaladas surtidas | Vacuno a la inglesa Ensaladas urtidas | Pescado al horno Verduras asadas | Hamburguesa de pavo guisada Molde de cous cous y ensaladas | Wraps de atún-choclo-tomate-lechuga c/ salsa ajo (2u) |
| POSTRE A ELECCIÓN | Duraznos al jugo en cubitos Bavarois de guinda Jalea | Compota de frutas Leche nevada Jalea | Mousse de chocolate Migado de frutas Jalea | Macedonia de frutas Panqueque c/ manjar Jalea | Huesillos con mote Jalea |

