



# Minuta Alimentación Noviembre 2022

Colegio Valle del Aconcagua



[www.comalim.cl](http://www.comalim.cl)  
[contacto@comalim.cl](mailto:contacto@comalim.cl)

# Minuta

## Colegio Valle del Aconcagua

Primera semana noviembre 2022



	LUNES 31	MARTES 01	MIÉRCOLES 02	JUEVES 03	VIERNES 04
ENSALADA			Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
SOPA			Crema de choclo c/ crutones	Consomé de ave c/ huevos	Sopa de carne c/ verduras
PLATO FONDO Alternativa 1			Huevo frito Carbonestrón (lenetjas y verduras)	Strogonoff de vacuno Arroz graneado	Pollo arvejado Puré de papas
PLATO FONDO Alternativa 2	FESTIVO	FESTIVO	Milanesa de vacuno Pirco de porotos verdes	Asado alemán Guiso de zapallitos italianos	
PLATO HIPOCALORICO			Ensalada Thai	Asado alemán Molde de arroz y ensaladas	Pollo asado Ensaladas surtidas
POSTRE A ELECCION			Piña al jugo en cubitos Jalea	Helado Jalea	Frutillas en salsa Jalea



# Minuta

## Colegio Valle del Aconcagua

Segunda semana noviembre 2022



	LUNES 07	MARTES 08	MIÉRCOLES 09	JUEVES 10	VIERNES 11
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 al pesto y queso rallado	Cubos de cerdo salteados Porotos negros guisados	Carne mechada guisada Arroz primavera	Ravioles salsa italiana carne	Estofado de vacuno
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 César c/ cubos de pollo salteados	Escalopa de ave al orégano Ensaladas surtidas	Carne mechada guisada Molde de arroz y ensaladas	Quiche de verduras Ensaladas surtidas	Naturista jamón y palmito
POSTRE A ELECCION	Sémola c/ caramelo Jalea	Leche asada Jalea	Delicream c/ almendras Jalea	Frutillas en salsa Jalea	Huesillos con mote Jalea



# Minuta

## Colegio Valle del Aconcagua

Tercera semana noviembre 2022



	LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
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	Tomatacán con carne Papas doradas (papas fritas en cubos)	Omelet jamón-queso Rigatti a la crema		Pescado frito Puré de papas
PLATO FONDO Alternativa 2	Pulpa de cerdo acaramelada Budín de verduras	Chorizo asado Poortos c/ tallarines	Pastel de zapapillitos c/ carne Papas doradas		
PLATO HIPOCALORICO	Budín de verduras Molde de arroz y ensaladas	Ensalada César c/ cubos de pollo salteados	Omelet jamón-queso Ensaladas surtidas		Rollo de pescado a la mantequilla Verduras asadas
POSTRE A ELECCION	Helado Jalea	Cremell de pie de limón c/ merengue Jalea	Bavarois de naranja Jalea		Suspiro limeño Jalea



# Minuta

## Colegio Valle del Aconcagua

Cuarta semana noviembre 2022



	LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
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 ave al horno
PLATO FONDO Alternativa 1	Spaghetti boloñesa c/ queso rallado	Goulash de ave Arroz al curry	Pulpa de cerdo al jugo Papas alemanas	Longaniza asada Garbanzos guisados	Cazuela de vacuno
PLATO FONDO Alternativa 2	Salchicha y huevo frito Lentejas parmesanas	Pastel de papas	Pechuga de ave york Verduras a la crema	Lasaña boloñesa	
PLATO HIPOCALORICO	Ensalada China	Tortilla de zanahoria-cilantro Molde de arroz y ensaladas	Pechuga de ave york Ensaladas surtidas	Pechuga de pavo a la cava Molde de cous cous y ensaladas	Atún al plato
POSTRE A ELECCION	Duraznos al jugo en cubitos Jalea	Sémola c/ caramelo Jalea	Frutillas en salsa Jalea	Leche nevada Jalea	Helado Jalea



# Minuta

## Colegio Valle del Aconcagua

Quinta semana noviembre 2022



	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 01	VIERNES 02
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	Budín de pescado gratinado Arroz graneado	Trutro de pollo asado Papas fritas	Huevo frito Charquicán c/ carne
PLATO FONDO Alternativa 2	Escalopa de ave al orégano Acelgas-choclo a la crema	Strogonoff de vacuno Espirales al perejil	Pulpa de cerdo acaramelada Pirco de porotos verdes	Rigatti salsa Alfredo c/ queso rallado	
PLATO HIPOCALORICO	Vacuno a la inglesa Molde de arroz y ensaladas	Ensalada César c/ cubos de pollo salteados	Budín de pescado gratinado Molde de cous cous y ensaladas	Trutro de pollo asado Ensaladas surtidas	Naturista Quesillo
POSTRE A ELECCION	Helado Jalea	Compota de frutas Jalea	Frutillas en salsa Jalea	Leche asada Jalea	Helado Jalea

