



MINUTA ALUMNOS 5º BÁSICO A IVº MEDIO - SEPTIEMBRE 2022



Día Fecha	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves 01-09-2022	Viernes 02-09-2022
ENSALADAS				POROTOS VERDE AMAPOLA LECHUGA PEPINO PICADO TOMATE	BETARRAGA ZANAHORIA DUO REPOLLO LECHUGA
SOPA/CREMA				CREMA DE ESPARRAGOS SALSA PEBRE SALSA VINAGRETA	CONSOME DE VACUNO SALSA PEBRE SALSA CILANTRO
SALSAS				HAMBURGUESA DE GARBANZO PASTEL DE PAPAS	OMELETTE TOMATE ALBAHACA FILETILLO DE POLLO AL JUGO
HIPOCALORICO				CHULETAS DE CERDO A LA MOSTAZA QUIFAROS AL OLIVO	CROQUETA DE ATUN ARROZ AL PEREJIL CHOCLO A LA CREMA PERA
FONDO 1				NARANJA JALEA NARANJA FLAN BOCADO	JALEA PIÑA TURRON DE FRUTA TARTA DE MANZANA
FONDO 2				PASTEL DE CHOCOLATE	
ACOMPANAMIENTO 1					
ACOMPANAMIENTO 2					
POSTRES					
Día Fecha	Lunes 05-09-2022	Martes 06-09-2022	Miércoles 07-09-2022	Jueves 08-09-2022	Viernes 09-09-2022
ENSALADAS	CHOCLO PIMIENTO TOMATE APIO CIBOULETTE LECHUGA	BETARRAGA ZANAHORIA HILO PEPINO PEREJIL LECHUGA ARVEJAS	POROTOS VERDE SÉSAMO TOMATE APIO LECHUGA ACEITUNA	REPOLLO MORADO PEREJIL ACELGA CHOCLO CEVICHE DE PEPINO LECHUGA	APIO BETARRAGA PEREJIL TOMATE CHILENA LECHUGA RABANITO
SOPA/CREMA	SOPA DE AVE CON VERDURAS SALSA PEBRE SALSA TÁRTARA	CREMA DE ACELGAS SALSA PEBRE SALSA PEREJIL	CONSOME DE VACUNO C/ HUEVO Y ARROZ SALSA PEBRE SALSA PEREJIL	CREMA DE VERDURAS SALSA PEBRE SALSA CESAR	CONSOME DE AVE SALSA PEBRE SALSA GOLF
SALSAS	ROLLITO JAMON PAVO Y HUEVO CARBONADA DE VACUNO	MOLDE DE ATÚN PANQUEQUES FLORENTINOS AL HORNO	DEL HUERTO FILETILLO DE POLLO CILANTRO LENTEJAS PARMESANAS C/ LLUVIA DE HUEVO	CROQUETA DE POROTOS NEGROS MEX ENS SALSA NAPOLITANA	GRIEGA OMELETTE TOMATE CHOCLO QUESO
HIPOCALORICO	PULPA DE CERDO ESCABECHADO ARROZ ÁRABE	SALSA ITALIANA BOUQUETIER DE VERDURAS SPAGHETTI	PURE DE PAPAS NARANJA JALEA PAPAYA	TIRITA LOMO DE PAVO AL CHAMPÍÑON GUISO DE ACELGAS C/ ARROZ	RAGOUT VACUNO ARROZ BALTIMOR PAPAS AL ROMERO PERA
FONDO 1	PLÁTANO JALEA FRAMBUESA	JALEA DURAZNO FLAN VAINILLA PASTA FROLA	BUDÍN MANZANA	JALEA DURAZNO FLAN BOCADO ALFAJOR DE MERMELADA	JALEA FRAMBUESA YOGURT CON FRUTA PANQUEQUE MANJAR
FONDO 2					
ACOMPANAMIENTO 1					
ACOMPANAMIENTO 2					
POSTRES	SEMOLA CON LECHE SS FRAMBUESA QUEQUE MERMELADA				
Día Fecha	Lunes 12-09-2022	Martes 13-09-2022	Miércoles 14-09-2022	Jueves 15-09-2022	Viernes 16-09-2022
ENSALADA	PRIMAVERA ACELGA CHAMPÍÑON APIO TOMATE REPOLLO	CHOCLO PIMENTÓN ZANAHORIA HILO TOMATE LECHUGA ACEITUNA	BETARRAGA TOMATE PEPINO PEREJIL LECHUGA LIMÓN	CHOCLO CIBOULETTE ENSALADA CHILENA APIO PIMENTON LECHUGA RABANITO	POROTOS VERDES SESAMO ZANAHORIA JULIANA REPOLLO MORADO LECHUGA APIO
SOPA/CREMA	CREMA ESPARRAGOS SALSA PEBRE SALSA GOLF	SOPA DE AVE NATURAL SALSA PEBRE SALSA GRIEGA	CREMA DE VERDURAS SALSA PEBRE SALSA TÁRTARA	CONSOME DE VACUNO SALSA PEBRE SALSA MAYONESA	CREMA DE TOMATES LECHUGA APIO SALSA VERDE
SALSAS	POLLO AL PLATO CROQUETAS DE ATÚN SALSA BOLONESA PURÉ DE PAPAS SPAGHETTI	TORTILLA DE VERDURAS POROTOS CON RIENDA C/ CHORICILLO PULPA DE CERDO A LA MOSTAZA ESPIRALES AL PEREJIL	DEL HUERTO PECHUGA AVE ARVEJADA TORTILLA CHACARERA PURÉ DE PAPAS ARROZ GRANEADO	POLLO AL PLATO HAMBURGUESA QUESO TIRADITOS MIXTOS CANUTONES AL PESTO GUISO DE ZAPALLITOS	QUESILLO SEMILLA AMAPOLA MIX ENS. ASADO DE CERDO CIRUELA CARAMELO LOMO DE PAVO SALTEADO TOMATE SPAGUETTI ORIENTAL ARROZ PRIMAVERA MANZANA ROJA JALEA NARANJA
HIPOCALORICO	NARANJA JALEA LIMON LECHE NEVADA QUEQUE DE COCO	PERA JALEA GUINDA BAVAROIS PIÑA PASTEL MANJAR MERENGUE	NARANJA JALEA FRAMBUESA NATILLA DE CHOCOLATE ALMENDRAS KUCHEN DURAZNO	PLÁTANO JALEA DURAZNO ESPUMA DE LIMÓN	SEMOLA CON LECHE SS CARAMELO BIZCOCHO MEMBRILLO
FONDO 1					
FONDO 2					
ACOMPANAMIENTO 1					
ACOMPANAMIENTO 2					
POSTRES					
Día Fecha	Lunes 19-09-2022	Martes 20-09-2022	Miércoles 21/09/2022	Jueves 22-09-2022	Viernes 23-09-2022
ENSALADAS					
SOPA/CREMA					
SALSAS	VACACIONES DE FIESTAS PATRIAS				
HIPOCALORICO					
FONDO 1					
FONDO 2					
ACOMPANAMIENTO 1					
ACOMPANAMIENTO 2					
POSTRES					
Día Fecha	Lunes 26-09-2022	Martes 27-09-2022	Miércoles 28-09-2022	Jueves 29-09-2022	Viernes 30-09-2022
ENSALADAS	CHOCLO ARVEJAS REPOLLO MORADO TOMATE LECHUGA SESAMO	BETARRAGA ARVEJAS RABANITO REPOLLO VERDE ACEITUNA LECHUGA CHOCLO	PAPAS MAYO TOMATE POROTO VERDE PEPINO CIBOULETTE LECHUGA PIMENTÓN	APIO SÉSAMO PRIMAVERA BETARRAGA PALMITO LECHUGA ZANAHORIA	SALPICON DE VERDURAS PEPINO SÉSAMO TOMATE DUO REPOLLO
SOPA/CREMA	CREMA DE VERDURAS C/ CRUTONES SALSA PEBRE SALSA PAMONTESA	SOPA DE VACUNO SALSA PEBRE VINAGRETA A LA MOSTAZA	CREMA DE ESPARRAGOS SALSA PEBRE SALSA TÁRTARA	CREMA DE ZAPALLO SALSA PEBRE SALSA MAYONESA	SOPA DE CARNE CON VERDURAS SALSA PEBRE SALSA TARTARA
SALSAS	ENSALADA CESAR LASAÑA BOLONESA	MOLDE DE ATÚN PANQUEQUE QUESO C/ VERDURAS	ENSALADA PAMONTESA GARBANZOS QUISADOS C/ CHORICILLO	ENSALADA RUSTICA ALBONDIGAS DE VACUNO	ENSALADA GRIEGA POLLO ASADO
HIPOCALORICO	LOMO DE PAVO MOSTAZA MIEL PAPAS AL ROMERO	CHAPSUI DE CERDO ARROZ CHAUFAN VERDURAS SALTEADAS CON CHAMPÍÑON	CUBO DE AVE A LA CAZADORA ESPIRALES AL PEREJIL	PASTEL DE PAPAS ARROZ AMAPOLA	REINETA SS ALCAPARRA ACELGAS A LA CREMA PURÉ DE PAPAS
FONDO 1	NARANJA JALEA FRAMBUESA	PERA JALEA DURAZNO FLAN VAINILLA	PLÁTANO JALEA PIÑA NATILLA MANJAR COCO	PERA JALEA MIXTA C/ YOGURT	NARANJA JALEA FRAMBUESA SEMOLA SS CARAMELO
FONDO 2					
ACOMPANAMIENTO 1					
ACOMPANAMIENTO 2					
POSTRES	QUEQUE DE COCO	PASTEL MANJAR MERENGUE	QUEQUE PLÁTANO	MOUSSE CHOCOLATE SS FRAMBUESA TARTA DE MANZANA	PASTA FROLA