

MINUTA ALUMNOS DE 5º BASICO A 4º MEDIO - NOVIEMBRE 2022

Día Fecha	Lunes 01-11-2022	Martes 01-11-2022	Miércoles 02-11-2022	Jueves 03-11-2022	Viernes 04-11-2022
ENSALADAS			ENS. TOMATE BETARRAGA CHOCLO ARVEJAS PEPINO SALSA PEBRE SALSA GOLF	APIO SESAMO ZANAHORIA PASAS TOMATE Y POROTOS VERDES LECHUGA SALSA PEBRE SALSA MAYONESA OREGANO	ARVEJA PIMIENTO TOMATE PEREJIL MIX REPOLLOS PEPINO SALSA PEBRE SALSA VINAGRETA OREGANO
SALSAS			CREMA DE VERDURAS MOLDE DE ATUN SALSA POMODORO MERLUZA AL HORNO RAVIOLES CON CARNE PURE DE PAPAS PLATANO	SOPA DE CARNE CON CARACOLITOS DEL HUERTO POROTOS CAMPESINOS CON CHORICILLO CERDO ESCABECHADO ARROZ PRIMAVERA	CREMA DE TOMATES TORTILLA DE VERDURAS MIX ENSALADAS TERNERITA JULIANA CAZADORA FAJITA DE AVE PAPAS FRITAS
SOPA / CREMA HIPOCALORICO			JALEA BICOLOR CON FRUTA RALLADA MOUSSE DE CHOCOLATE MINI DONUT	BROCHETA DE FRUITA JALEA NARANJA FLAN FRAMBUESAS QUEQUE DE COCO	VERDURAS SALTADAS AL ROMERO NARANJA JALEA GUINDA CON FRUITA SUSPIRO LIMENO KUCHEN DE MANZANA
FONDO 1					
FONDO 2					
ACOMPANAMIENTO 1					
ACOMPANAMIENTO 2					
POSTRES					
Día Fecha	Lunes 07-11-2022	Martes 08-11-2022	Miércoles 09-11-2022	Jueves 10-11-2022	Viernes 11-11-2022
ENSALADAS	TOMATE AL OREGANO PRIMAVERA REPOLLO MORADO LECHUGA ACETUNA SALSA PEBRE SALSA TÁRTARA CREMA ZAPALLO CAMOTE	BROCOLI ZANAHORIA PASAS ZAPALLITO ITALIANO CON PIMENTON APIO SALSA PEBRE SALSA VINAGRETA MOSTAZA CONSOME DE AVE	PRIMAVERA BETARRAGA MIX SIMPLE REPOLLO LECHUGA SALSA PEBRE SALSA FRANCESA CREMA DE VERDURAS	PAPAS Y MAYO ARVEJAS CILANTRO APIO ACETUNA REPOLLO SALSA PEBRE SALSA LIMONETA SOPA DE CARNE CON SEMOLA	PEPINO PRIMAVERA TOMATE POROTOS VERDES LECHUGA CILANTRO SALSA PEBRE SALSA DIABLA CONSOME DE VACUNO
SALSAS	JAMON DE PAVO RELLENO	QUICHE DE ACELGA	TOMATE NEPTUNO SOBRE ENS NICOLISE	ZAPALLITOS ITALIANOS RELLENO CON SOYA ACOMPANADO DE VERDURAS GRILLADAS	HAMBURGUESA DE GARBANZOS
SOPA / CREMA HIPOCALORICO	ASADO DE CERDO AL OREGANO LASAÑA BOLONESA ARROZ CLAMART	LENTEJAS GUIADAS C/HUEVO SALSA ITALIANA COUS COUS AL CILANTRO/CHIFONADA DE VERDURAS	MERLUZA AL CANCATO SALSA ITALIANA SPAGUETTI PURE FLORENTINO MANZANA ROJA JALEA DURAZNO MERENGUE FLAN VAINILLA TARTALETA DE PLATANO	GARBANZOS MEDITERRANEOS CON CHORICILLO FILETILLO DE POLLO A LA MOSTAZA ARROZ GRANEADO	CARNE A LA CACEROLA HUMITAS A LA OLLA CON ENS CHILENA PAPAS FRITAS
FONDO 1					
FONDO 2					
ACOMPANAMIENTO 1					
ACOMPANAMIENTO 2					
POSTRES	KWI MANZANA JALEA NARANJA CON FRUITA SEMOLA LECHE /SSA. CARAM. MEDIA LUNA	FRUITA NATURAL JALEA PIÑA LECHE ASADA QUEQUE NUJZ	MANZANA ROJA JALEA DURAZNO MERENGUE FLAN VAINILLA TARTALETA DE PLATANO	PLATANO JALEA MIXTA CON YOGURT LECHE NEVADA BIZCOCHO PASTELERA NABJAR	PERA JALEA FRUTILLA NATILLA LUCUMA KUCHEN DE MERMELEADA CASERO
Día Fecha	Lunes 14-11-2022	Martes 15-11-2022	Miércoles 16-11-2022	Jueves 17-11-2022	Viernes 18-11-2022
ENSALADAS	CHOCLO PEREJIL BETARRAGA REPOLLO VERDE APIO SALSA PEBRE SALSA CIBOULETTE CREMA DE CHAMPINONES	CEVICHE DE MOTI POROTOS VERDES TOMATE PEREJIL ACELGA HOJAS SALSA PEBRE SALSA LIMONETA PIMIENTO SOPA DE POLLO CON FIDEOS	CHOCLO PEPINO SESAMO TOMATE CEBOLLIN LECHUGA CHAMPINON SALSA PEBRE SALSA VINAGRETA OREGANO CREMA DE TOMATES	BETARRAGA CILANTRO MIX 4 ESTACIONES COLIFLOR SALSA PEBRE SALSA LIMONETA SOPA DE VACUNO CON ARROZ	REPOLLO MORADO POROTOS NEGROS SSA VERDE LECHUGA SALSA PEBRE SALSA MAYONESA CIBOULETTE CREMA DE ESPARRAGOS
SALSAS	HAMBURGUESA AL PLATO	TORTILLA CHACARERA	TOMATE RELLENO QUESILLO	CESAR	TARTALETA DE CHAMPINONES
SOPA / CREMA HIPOCALORICO	STROGONOF DE AVE PASTEL DE PAPAS ESPIRALES	ASADO DE CERDO AL JUGO POROTOS CON MAZAMORRA ARROZ CLAMART	CUBOS DE AVE A LA CAZADORA CHOCLETA DE ATUN PURE DE PAPAS PIMONTESSA FLAN DE VERDURAS	LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO SALSA ALFREDO SPAGUETTI	POLLO ASADO TOMATE JEN ARROZ ARABE PAPAS FRITAS
FONDO 1					
FONDO 2					
ACOMPANAMIENTO 1					
ACOMPANAMIENTO 2					
POSTRES	MANZANA ROJA JALEA LIMON CON FRUITA BAVAROIS DE FRAMBUESA CON MERENGUE MINI DONUT	PLATANO SALSA FRAMBUESAS JALEA DURAZNO CON COCO RALLADO SUSPIRO LIMENO ALFAJOR MERMELADA	PERA JALEA GUINDA CON FRUITA LECHE ASADA PANQUEQUE MANJAR	COCKTAIL DE FRUTAS JALEA PAPAYA CON CREMA MOUSSE DE VAINILLA SALSA CHOCOLATE KUCHEN DE MANZANA	ENSALADA DE FRUITA NATURAL JALEA PIÑA SEMOLA LECHE /SSA. CHOC. QUEQUE DE MARMOL
Día Fecha	Lunes 21-11-2022	Martes 22-11-2022	Miércoles 23-11-2022	Jueves 24-11-2022	Viernes 25-11-2022
ENSALADAS	POROTOS VERDES SESAMO TOMATE ALBAHACA ZANAHORIA REPOLLO SALSA PEBRE SALSA VINAGRETA CILANTRO SOPA DE AVE CON SEMOLA JAMON DE PAVO RELLENO	PRIMAVERA BETARRAGA PEPINOS ZANAHORIA LECHUGA AMAPOLA SALSA PEBRE SALSA MAYONESA OREGANO CONSOME DE VACUNO	ARVEJA NEVADA TOMATE PIMIENTO VERDE CHOCLO CILANTRO ACELGA HOJAS SALSA PEBRE SALSA GOLF CREMA DE ARVEJAS CON JAMÓN	DUO REPOLLO COLIFLOR CIBOULETTE ZANAHORIA LECHUGA MANZANA SALSA PEBRE SALSA LIMONETA PIMIENTO SOPA DE VACUNO CON ARROZ	CEVICHE PEPINO ZAPALLO ITALIANO TOMATE COLIFLOR SALSA PEBRE SALSA DIABLA CREMA DE VERDURAS
SALSAS	JAMON DE PAVO RELLENO	DEL HUERTO	OMELETTE JAMON QUESO	ENSALADA GRIEGA	CESAR
SOPA / CREMA HIPOCALORICO	CERDO AL CURRY CHARQUICAN DE VERDURAS C/CARNE ARROZ MADRA	LENTEJAS PARMESANA CON LLUVIA DE HUEVO PECHUGA DE POLLO ARVEJADA SPAGUETTI ATOMATADOS	CHIPSUI DE VACUNO MERLUZA FRITA ARROZ CHAUFAN BUDIN BICOLOR	FILETILLO DE AL JUGO GARBANZOS GUIADOS ESPIRALES AMAPOLA	VACUNO EN SALSA MADEIRA PIZZA NAPOLITANA PAPAS FRITAS
FONDO 1					
FONDO 2					
ACOMPANAMIENTO 1					
ACOMPANAMIENTO 2					
POSTRES	NARANJA JALEA MIXTA FLAN BOCADO SALSA DE CHOCOLATES REJILLA	PLATANO JALEA PIÑA CON FRUITA TURRON DE FRUTAS PIE DE LIMON	JALEA LIMON FLAN FRUTILLA CON SALSA DE CHOCOLATE PASTEL MANJAR MERENGUE	MANZANA VERDE JALEA DURAZNO MERENGUE SEMOLA LECHE/SSA. CARAM. KUCHEN DE MANZANA	MACEDONIA NATURAL JALEA NARANJA FLAN VAINILLA SALSA CHOCOLATE BIZCOCHO PASTELERA MANJAR
Día Fecha	Lunes 28-11-2022	Martes 29-11-2022	Miércoles 30-11-2022	Jueves	Viernes
ENSALADAS	BROCOLI PIMIENTO CHOCLO ZANAHORIA LECHUGA ACETUNA SALSA PEBRE SALSA FRANCESA SOPA DE VACUNO CON SEMOLA	ENS. PRIMAVERA BETARRAGA TOMATE MIX REPOLLO SALSA PEBRE SALSA LIMONETA CREMA DE CHOCLO	COLESLAW BROCOLI AROS DE CEBOLLA PEPINO Y TOMATES LECHUGA AMAPOLA SALSA PEBRE SALSA VINAGRETA SOPA DE AVE CON SEMOLA MACRO		
SALSAS	JAMON DE PAVO RELLENO	DEL HUERTO	TORTILLA DE ACELGA MIX DE ENSALADAS		
SOPA / CREMA HIPOCALORICO	GRIEGA	FRITOS DE COLIFLOR			
FONDO 1	EMINCE DE POLLO	ASADO DE CERDO AL OREGANO			
FONDO 2	ASADO ALEMAN	POROTOS CON PILCO			
ACOMPANAMIENTO 1	SPAGUETTI ORIENTAL	ARROZ CHAUFAN			
ACOMPANAMIENTO 2	VERDURAS MEXICANAS				
POSTRES	PLATANO JALEA PIÑA MERENGUE BAVAROIS DE FRAMBUESA MINI TOP HOJALDRE	CEVICHE FRUTAS JALEA MANZANA CON FRUITA FLAN DE CHOCOLATE BIZCOCHO PASTELERA MANJAR	PERA JALEA GUINDA LECHE ASADA QUEQUE DE COCO		