



MINUTA: COLEGIO SANTO DOMINGO
ABRIL 2024
ALMUERZO ALUMNOS 3º BÁSICO - IV MEDIO



SEMANA 01	lunes, 01 de abr.	martes, 02 de abr.	miércoles, 03 de abr.	jueves, 04 de abr.	viernes, 05 de abr.
Sopa	Sopa / Crema	Sopa / Crema	Sopa / Crema	Sopa / Crema	Sopa / Crema
Salad Bar	Ens Lechuga -Ens Chilena -Ens Apio aceituna	Ens Zanahoria -Ens. Tomate-Ens Betarraga	Ens Lechuga -Ens Pepino -Ens Zapallito italiano	Ens Repollo mix -Ens Tomate -Ens Porotos negros	Ens Mix Lechuga -Ens Zanahoria -Ens Betarraga
Alternativas	Salsa bolognesa-Spaguettis / Filetillo de pollo al ajillo-Arroz primavera	Lentejas guisadas-lluvia de huevo / Pulpa al horno-Puré de papas	Pollo al jugo-Arroz granecado / Estofado de vacuno-	Albondigas en salsa-Espirales / Pastel de papas-	Carne al jugo-Papas fritas (horneadas) / Piza napoletana-
Menú Hipocalórico	Filetillo de pollo grillé-Ensaladas surtidas	Huevo golf-Ensaladas surtidas	Queso fresco-Ensaladas surtidas	Hamburguesa casera-Ensaladas surtidas	Tomate relleno-Ensaladas surtidas
Vegetariano	Curry de garbanzos -Arroz blanco y ciboulette	Crutones -Lentejas guisadas	Cocido de lentejas sin carne, con espárragos -Puré de papas	Albondigas(soya) en salsa-Spagueti	Quiche de champiñon-Caracolis al orégano
Dieta	Filetillo de pollo grillé-Arroz blanco	Hamburguesa casera-Quifaros	Carne asada-Papas cocidas	Pechuga de pollo a la plancha-Arroz blanco	Escalopa a la plancha-Espirales
Bar de Postres	Jalea-Flan bicolor -Fruta natural de la estación	Jalea-Mousse -Fruta natural de la estación	Jalea-Natilla-Fruta natural de la estación	Jalea-Arroz con leche-Fruta natural de la estación	Jalea-Leche asada-Fruta natural de la estación
SEMANA 02	lunes, 08 de abr.	martes, 09 de abr.	miércoles, 10 de abr.	jueves, 11 de abr.	viernes, 12 de abr.
Sopa	Sopa / Crema	Sopa / Crema	Sopa / Crema	Sopa / Crema	Sopa / Crema
Salad Bar	Ens Repollo-Ens Tomate-Ens Choclo	Ens Lechuga -Ens Pepino -Ens Betarraga	Ens Mix Lechuga -Ens Chilena -Ens Primavera	Ens Lechuga-Ens Betarraga-Ens Zapallito italiano	Ens Repollo -Ens Tomate-Ens Apio cilantro
Alternativas	Chapsui mixto-Arroz / Zapallitos rellenos-Papas rusticas	Porotos granados -con mazamorra / Huevo frito-Charquican	Salsa bolognesa-Spaguetti / Arroz a la valenciana-	Lasaña boloñesa- / Pech. De pollo bechamel-Verduras al vapor	Carne mechada-Papas fritas (horneadas) / Pulpa al jugo-Mostacioli al orégano
Menú Hipocalórico	Modde de atún-Ensaladas surtidas	Pech de pollo grillé-Ensaladas surtidas	Huevo cavancha-Ensaladas surtidas	Tomate reina-Ensaladas surtidas	Tortilla de acelga-Ensaladas surtidas
Vegetariano	Crutones -Lentejas guisadas	Salsa bolognesa soya-Spaghetti	Panqueque de acelga -Papas fritas (horneadas)	Hamburguesa de garbanzo-Charquican de verduras	Lasaña bolognesa soya- espinaca-
Dieta	Carne al jugo-Spaghetti	Filetillo de pollo grillé-Papas cocidas	Juliana de ave-Arroz blanco	Pechuga de pollo a la plancha-Papas salteadas	Carne asada-Arroz blanco
Bar de Postres	Jalea-Suspiro limeño-Fruta natural de la estación	Jalea-Avena con leche-Fruta natural de la estación	Jalea-Sémola con leche-Fruta natural de la estación	Jalea-Mousse-Fruta natural de la estación	Jalea-Cremell-Fruta natural de la estación
SEMANA 03	lunes, 15 de abr.	martes, 16 de abr.	miércoles, 17 de abr.	jueves, 18 de abr.	viernes, 19 de abr.
Sopa	Sopa / Crema	Sopa / Crema	Sopa / Crema	Sopa / Crema	Sopa / Crema
Salad Bar	Ens Mix Lechuga -Ens Chilena - Ens Primavera	Ens Repollo -Ens Pepino -Ens Zanahoria	Ens Lechuga mix -Ens Cebolla cilantro -Ens Apio	Ens Acelga pimentón -Ens Tomate -Ens Betarraga cebolla	Ens Repollo-Ens Betarraga-Ens Choclo
Alternativas	Pollo mongoliano-Arroz chaufan / Asado alemán-Wok de verduras	Chuleta leonesa-Pure de papas / Porotos con rienda-	Lasaña boloñesa- / Juliana de pollo-Arroz primavera	Salsa Alfredo-Corbatitas / Hamburguesa casera-Verduras salteadas	Pollo asado-Papas fritas (horneadas) / Escalopa jamón queso-Arroz perla
Menú Hipocalórico	Pascualina de espinaca-Ensaladas surtidas	Hamburguesa casera-Ensaladas surtidas	Filetillos de pollo al ajillo-Ensaladas surtidas	Tortilla de zanahoria-Ensaladas surtidas	Carne al jugo-Ensaladas surtidas
Vegetariano	Tortillas de quinoa-Arroz primavera	Sitiedo thai de vegetales-Espirales	Lentejas guisadas con espárragos- Puré de papas	Curry invernal de quinoa-Arroz granecado	Quiche de champiñon-Caracolis al orégano
Dieta	Hamburguesa al horno-Espirales	Juliana de ave-Arroz blanco	Churrasco a la plancha-Papas salteadas	Carne asada-Spaghetti	Churrasco a la plancha-Arroz perla
Bar de Postres	Jalea-Mousse-Fruta natural de la estación	Jalea-Arroz con leche-Fruta natural de la estación	Jalea-Natilla-Fruta natural de la estación	Jalea-Leche asada-Fruta natural de la estación	Jalea-Cremell-Fruta natural de la estación
SEMANA 04	lunes, 22 de abr.	martes, 23 de abr.	miércoles, 24 de abr.	jueves, 25 de abr.	viernes, 26 de abr.
Sopa	Sopa / Crema	Sopa / Crema	Sopa / Crema	Sopa / Crema	Sopa / Crema
Salad Bar	Ens Repollo-Ens Tomate -Ens Pepino	Ens Lechuga -Ens Choclo-Ens Brócoli	Ens Repollo mix-Ens Betarraga - Ens Pepino	Ens Lechuga -Ens Tomate -Ens Zapallito italiano	Ens Mix Lechuga -Ens Apio-En Repollo morado
Alternativas	Tomatón-Arroz / Cazuela de pollo-	Salsa bontoux-Corbatitas / Menestrón-	Pech de pollo apañado-Puré de papas / Paella-	Estofado de aves / Huevo frito-Charquicán	Carne asada-Papas fritas (horneadas) / Chuleta a la mostaza-Budín de verduras
Menú Hipocalórico	Jurel en salsa verde-Ensaladas surtidas	Quesillo-Jamón-Ensaladas surtidas	Pech de pollo apañado-Ensaladas surtidas	Huevo york-Ensaladas surtidas	Pollo asado-Ensaladas surtidas
Vegetariano	Panqueque de acelga -Papas fritas (horneadas)	Hamburguesa de garbanzo-Charquican de verduras	Chili sin carne-	Cocido de lentejas sin carne, con espárragos -Puré de papas	Tortilla de quinoa-Verduras al wok
Dieta	Carne al jugo-Arroz blanco	Hamburguesa casera-Quifaros	Churrasco a la plancha-Papas cocidas	Filetillo de pollo grillé-Arroz blanco	Carne asada-Espirales
Bar de Postres	Jalea-Arroz con leche-Fruta natural de la estación	Jalea-Semola con leche -Fruta natural de la estación	Jalea-Mousse-Fruta natural de la estación	Jalea-Natilla -Fruta natural de la estación	Jalea-Bavarosise-Fruta natural de la estación
SEMANA 05	lunes, 29 de abr.	martes, 30 de abr.			
Sopa	Sopa / Crema	Sopa / Crema			
Salad Bar	Ens Lechuga -Ens Chilena -Ens Apio aceituna	Ens Zanahoria -Ens Choclo-Ens Betarraga			
Alternativas	Albondigas en salsa-Spaguetti / Cazuela de pollo-	Huevo lluvia-Lentejas parmesanas / Escalopa jamón queso-Arroz granecado			
Menú Hipocalórico	Huevos york-Ensaladas surtidas	Filetillo de ave grillé-Ensaladas surtidas			
Vegetariano	Quiche de champiñon-Caracolis al orégano	Salteado thai de vegetales- Espirales			
Dieta	Carne al jugo-Spaghetti	Filetillo de ave grillé-Arroz pilaf			
Bar de Postres	Jalea-Flan bicolor -Fruta natural de la estación	Jalea-Mousse -Fruta natural de la estación			