



**MINUTA: COLEGIO ACADEMIA DE HUMANIDADES
DICIEMBRE 2024
ALMUERZO ALUMNOS 1° - 3° BÁSICO**



| SEMANA 01 | lunes, 02 de dic. | martes, 03 de dic. | miércoles, 04 de dic. | jueves, 05 de dic. | viernes, 06 de dic. |
|----------------|--|--|---|---|---|
| Salad Bar | Ens Lechuga-pimenton rojo-Ens Tomate-cebolla-Ens Apio aceituna | Ens Zanahoria-choclo -Ens. Coliflor-brócoli-Ens Zapallito italiano-pimenton rojo | Ens Lechuga-tomate-Ens Pepino-zanahoria-Ens Betarraga-cebolla | Ens Repollo mix-Ens Tomate-lechuga-Ens Porotos negros-cebolla | Ens Mix Lechuga -Ens Zanahoria-arvejititas -Ens Betarraga-cebolla |
| Alternativa 1 | Pulpa al horno-Arroz graneado | Hamburguesa-Ppas Lionesas | Pech de ave al orégano-Ratatouille de verduras | Escalopa de cerdo-Puré de papas | Pollo asado-Papas fritas (Horneadas) |
| Dieta | Filetillo de pollo a la plancha-Papas cocidas | Carne al jugo-Spaghetti | Pechuga grillé-Arroz pilaf | Hamburguesa casera-Espirales | Dados de ave cocidos-Spaghetti |
| 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 |



**MINUTA: COLEGIO ACADEMIA DE HUMANIDADES
DICIEMBRE 2024
ALMUERZO ALUMNOS 4º BÁSICO - IV MEDIO**



| SEMANA 01 | lunes, 02 de dic. | martes, 03 de dic. | miércoles, 04 de dic. | jueves, 05 de dic. | viernes, 06 de dic. |
|-------------------|--|---|--|---|---|
| Sopa | Sopa / Crema | Sopa / Crema | Sopa / Crema | Sopa / Crema | Sopa / Crema |
| Salad Bar | Ens Lechuga-pimenton rojo-Ens Tomate-cebolla-Ens Apio aceituna | Ens Zanahoria-chocho-Ens. Coliflor-brócoli-Ens Zapallito italiano-pimenton rojo | Ens Lechuga-tomate-Ens Pepino-zanahoria-Ens Betarraga-cebolla | Ens Repollo mix-Ens Tomate-lechuga-Ens Porotos negros-cebolla | Ens Mix Lechuga - Ens Zanahoria-arvejas -Ens Betarraga-cebolla |
| Alternativas | Pulpa al horno-Arroz graneado / Carbonada de vacuno- | Hamburguesa-Ppas Lionesas / Porotos Granados con Pilco- | Pech de ave al orégano-Ratatouille de verduras / Tomaticán de vacuno Arroz | Escalopa de cerdo-Puré de papas / Fetuccinis Alfredo- | Pollo asado-Papas fritas (Horneadas) / Chuleta al jugo-Guiso de Zapallito |
| Menú Hipocalórico | Carne Asada-Ensaladas surtidas | Omelette de jamón con verduras-Ensaladas surtidas | Croqueta de atún-Ensaladas surtidas | Pech de ave a la plancha-Ensaladas surtidas | Pollo Asado- |
| Vegetariano | Tortilla de Verduras- | Porotos Granados- | Tomate relleno-Quesillo | Salsa Champiñon -Fetuccinis | Hamburguesa de soya -Guiso de Zapallito |
| Dieta | Filetillo de pollo a la plancha-Papas cocidas | Carne al jugo-Spaghetti | Pechuga grillé-Arroz pilaf | Hamburguesa casera-Espirales | Dados de ave cocidos-Spaghetti |
| 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 |