



**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-Espirates	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