



Lycée Antoine de Saint-Exupéry
Corporación Educacional Alianza Francesa-Santiago

Alianza Francesa

Marzo 2023

¿Cómo comprar almuerzos para el casino?

Compra los tickets a través de la web

www.mediterranea-educa.cl

Por favor compre con suficiente antelación para el correcto funcionamiento del servicio de en el casino.

¿Cómo opera el sistema?

Regístrese y cree su grupo familiar asociando a los alumnos a su cuenta. Compre tickets para el grupo.

En el casino los alumnos pasarán por un tótem biométrico que emitirá el ticket descontándolo del saldo disponible.

¿Qué es un grupo familiar?

Los grupos familiares están formados por uno o varios apoderados asociada a una lista de alumnos.

Es muy importante indicar que los alumnos no pueden formar parte de varios grupos familiares.

Los listados de alumnos por colegios están precargados en el sistema y son informados por el colegio. Si no encuentra el alumno póngase en contacto con soporte para poder revisar la situación.

mediterránea

Especialistas en servicios de alimentación

www.mediterranea-group.cl

[mediterranea](#)

Información y consultas generales:

Por medio de una línea de atención donde poder resolver dudas y sugerencias con el servicio de comedor y de la compra de tickets.

Mail:

soporte.educa@mediterranea-group.cl

Teléfono:

+56 964251282

(horario de lunes a viernes de 9h a 16h)

Contacto en el colegio:

Si desea ponerse en contacto con el administrador del casino de su colegio puede hacerlo en el siguiente email:

administracionafvitacura@mediterranea-group.cl

administracionafchamisero@mediterranea-group.cl

¿Cómo se pagan los tickets?

A través de la plataforma webpay. La boleta será enviada a su email y también podrá ser descargada a través de la web.

Valor del ticket
almuerzo 2023
4.000 pesos

	Lunes / Lundi	Martes / Mardi	Miércoles / Mercredi	Jueves / Jeudi	Viernes / Vendredi
SALAD BAR Salades	Lechuga / Porotos verdes / "Coleslaw" / Tomate ²⁷	Mix griego / Lechuga / Cochayuyo con cebolla y cilantro / Brócoli ²⁸	Mix de lechugas / Zanahoria hilo / Tomate / Pepino con eneldo ⁰¹	Lechuga con espinacas / Betarraga con sésamo / Brócoli / Apio ⁰²	Lechuga / Acelga con crutones / Ensalada chilena / Repollo morado c/cilantro ⁰³
PLATO DE FONDO Plat principal	Filetes de pollo teriyaki / Salsa boloñesa	Vacuno al jugo / Croqueta de atún casera	Vacuno mongoliano	Lomo de cerdo al romero	Pastel de choclo
ACOMPAÑAMIENTO Accopagnement	Spaghetti / Flan de zapallo italiano	Puré de papas / Bouquetier de verduras	Porotos con mazamorra / Arroz chino	Omelette de espárragos y palmitos	Trutro de pollo asado
VEGETARIANO	Salsa boloñesa con carne de soya	Fritos de coliflor	Porotos con mazamorra	Espirales tricolor / Choclos a la oliva / Omelette de espárragos y palmitos	Papas lyonesa
POSTRES Dessert	Leche nevada / Jalea diet / Fruta	Brazo de reina / Sémola con leche y salsa / Fruta	Bavarois de piña / Jalea diet / Fruta	Flan de vainilla con caramelo / Jalea diet / Fruta	Panqueque relleno con manjar / Leche asada / Fruta
SALAD BAR Salades	Lechuga / Tomate / Brócoli y coliflor / Betarraga ⁰⁶	Mix de lechugas / Porotos verdes con zanahoria / Apio / Choclo ⁰⁷	Lechuga / Mix de repollo / Tomate c/ pepino / Arvejas con salsa verde ⁰⁸	Lechuga costina / Zap italiano al curry / Ensalada bretona / Zanahoria ⁰⁹	Lechugas mixtas / Cochayuyo con salsa verde / Tomate / Pepino ¹⁰
PLATO DE FONDO Plat principal	Pollo saltado / Charquicán con huevo escalfado	Albóndigas de vacuno al pomodoro / Lentejas guisadas con quinoa	Vacuno mechado	Lasaña florentina con vacuno / Pechuga de pollo arvejada	Chuleta de cerdo al orégano
ACOMPAÑAMIENTO Accopagnement	Arroz árabe	Quífaros al orégano	Merluza apanada	Arroz perla	Strogonoff de vacuno
VEGETARIANO	Charquicán con huevo escalfado	Lentejas guisadas con quinoa y crutones de queso	Omelette de queso champiñón	Chapsui de champiñones	Hamburguesa de soya
POSTRES Dessert	Flan de lúcuma / Jalea diet / Fruta I	Helado / Leche asada / Fruta Natural	Profiteroles con manjar / Maicena con leche y caramelo / Fruta	Suspiro limeño / Jalea diet / Fruta	Mousse de chocolate / Jalea diet / Fruta
SALAD BAR Salades	Mix de lechugas / Zanahoria con pasas / Repollo / Tomate ¹³	Lechuga / Ceviche de mote / Pepino / Betarraga ¹⁴	Mix de lechugas / Apio / Ensalada chilena / Mix cuatro colores ¹⁵	Lechuga / Porotos verdes con coliflor / Zanahoria hilo / Pepino ¹⁶	Apio / Habas con cebolla y cilantro / Tomate / Lechuga ¹⁷
PLATO DE FONDO Plat principal	Goulash de vacuno / Canelones rellenos con pollo y choclo al gratin	Trutro de pollo asado / Croqueta de atún casera	Hamburguesa de vacuno casera c/salsa española	Vacuno asado / Tortilla de papas con queso	Lomo de cerdo barbecue
ACOMPAÑAMIENTO Accopagnement	Arroz graneado	Puré de papas / Verduras asadas	Porotos granados al pilco / Coditos a la oliva	Arroz primavera / Chapsui de verduras	Pastel de choclo
VEGETARIANO	Goulash de carne de soya	Escalopa de queso fresco	Porotos granados al pilco	Tortilla de papas c/ queso	Papas fritas
POSTRES Dessert	Sémola con salsa de caramelo / Jalea diet / Fruta	Natilla de chocolate almendras / Jalea diet / Fruta	Tarta de durazno / Bavarois de frambuesa / Fruta	Flan de frutilla con salsa de manjar / Jalea diet / Fruta	Pastel de choclo con pino de soya / Chandelle / Jalea diet / Fruta
SALAD BAR Salades	Lechuga / Betarraga / Ensalada primavera / Apio ²⁰	Mix de lechugas / Choclo y arvejas / Repollo morado y apio / Acelga con sésamo ²¹	Lechuga / Zapallo italiano / Ensalada chilena / Pepino ²²	Apio / Betarraga con cilantro / Lechuga / Choclo ²³	Mix de lechugas / Porotos verdes / "Coleslaw" / Tomate ²⁴
PLATO DE FONDO Plat principal	Vacuno arvejado / Zapallos italianos rellenos c/ pollo al gratin	Cerdo mongoliano / Omelette de tomate con queso	Salsa italiana / Falafel c/salsa de yogurt al ciboulette	Pechuga de pollo al limón	Merluza apanada / Croqueta de vacuno casera
ACOMPAÑAMIENTO Accopagnement	Puré de papas / Cous cous exótico	Arroz chaufán / Bastones de verduras al eneldo	Mostaccioli / Ratatouille	Papas rellenas con pino al horno / Panaché de verduras	Quífaros atomatados / Budin de zapallo italiano
VEGETARIANO	Zap italianos rellenos c/ pino de soya al gratin	Omelette de tomate con queso	Falafel con salsa de yogurt al ciboulette	Papas rellenas con pino de soya al horno	Croqueta de soya
POSTRES Dessert	Bizcocho c/ mermelada / Jalea diet / Fruta	Empolvado / Crema volteada / Fruta	Maicena con leche y mermelada de damasco / Jalea diet / Fruta	Helado / Jalea diet / Fruta	Bavarois de piña con salsa / Jalea diet / Fruta
SALAD BAR Salades	Lechuga / Betarraga / Brócoli y coliflor / Ceviche de garbanzos ²⁷	Mix de lechugas / Porotos verdes con zanahoria / Apio / Choclo ²⁸	Lechuga / Repollo mixto / Tomate al orégano / Arvejas con cilantro ²⁹	Pepino / Lechuga / Ensalada bretona / Zanahoria hilo ³⁰	Mix de lechugas / Repollo morado con perejil / Ensalada chilena / Apio ³¹
PLATO DE FONDO Plat principal	Trutro de pollo asado / Tomaticán de vacuno	Asado alemán con salsa de champiñones / Lentejas a la parmesana	Croqueta de atún casera / Lasaña boloñesa	Curry de pollo	Asado de vacuno
ACOMPAÑAMIENTO Accopagnement	Papas chaucha / Flan de verduras	Arroz jardinera	Puré de papas	Hamburguesa de vacuno casera	Escalopa de cerdo
VEGETARIANO	Tomaticán c/carne soya	Lentejas a la parmesana	Lasaña boloñesa de soya	Arroz graneado / Peperonatta con apio	Espirales tricolor / Chapsui de verduras
POSTRES Dessert	Natilla de vainilla coco / Jalea diet / Fruta	Suspiro limeño / Jalea diet / Fruta	Leche asada / Jalea diet / Fruta	Hamburguesa de quinoa	Escalopa de queso fresco
				Tartaleta de piña / Leche nevada / Fruta	Eclair con crema moka / Arroz con leche / Fruta

Los Cuatro pilares mediterráneos

Desde Mediterránea te presentamos un modelo de alimentación orientado a crear hábitos de comida saludables, a través de una elección responsable de los alimentos.

Calidad

Somos selectivos con la elección de materias primas, otorgando en las preparaciones culinarias cualidades como: sabor, olor, color, textura, forma y apariencia, tanto higiénicas como químicas.

Educación

Nos importa dar a conocer una alimentación balanceada, apoyado en porciones y gramajes adecuados según las necesidades de cada grupo etario.

Salud

Una alimentación equilibrada es fundamental para mantener el cuerpo y la mente sana, por lo que nuestra minuta se centra en promover hábitos de vida saludable desde la infancia.

Alimentación variada

Basada en:
Productos de temporada.
Disminuir el consumo de alimentos procesados. Aumentar el consumo de legumbres. Consumir diariamente frutas y verduras.

Si has comido...

Ensalada + carnes rojas + arroz
Ensalada + legumbres
Ensalada + pescado o huevo + papas
Ensalada + carnes blancas + fideos

... deberías cenar

Ensalada + pescado o huevo + papas
Ensalada + carnes blancas + fideos
Ensalada + carnes rojas + arroz
Ensalada + legumbre

Recomendaciones postres: fruta natural, ensalada de fruta, tutti frutti, postres lácteos sin azúcar añadida.