

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



Minuta Alumnos Primaria Septiembre 2024

Recuerda comprar los tickets en el sitio:

www.mediterranea-educa.cl

Para resolver dudas y realizar sugerencias sobre el servicio de comedor y la compra de tickets, ponemos a tu disposición una línea de atención especializada:

Correo:

sopORTE.educa@mediterranea-group.cl

Teléfono:

+56 964251282

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

Si deseas ponerte en contacto con el administrador del casino de tu colegio puedes hacerlo a través del siguiente correo electrónico:

administracionafvitacura@mediterranea-group.cl

administracionafchamisero@mediterranea-group.cl

Síguenos en nuestras redes:



[mediterranea_chile](https://www.instagram.com/mediterranea_chile)



[Mediterránea Chile](https://www.linkedin.com/company/mediterranea-chile)



www.mediterranea-group.cl

VALOR
TICKET
2024

4.200

mediterránea

MINUTA ALMUERZO

mediterránea

	Lunes 02	Martes 03	Miércoles 04	Jueves 05	Viernes 06
SALAD BAR	Lechuga escarola Apio Zanahoria Repollo morado	Lechugas mixtas Betarraga Tomate Coliflor	Lechuga escarola Ensalada bretona Choclo con cilantro Mix 4 colores	Lechuga costina Betarraga Pepino Zanahoria	Lechugas mixtas Mix de repollo Ensalada chacarera Primavera
PLATO DE FONDO	Salsa Alfredo (jamón pollo)	Lentejas guisadas con quínoa	Nuggets de reineta	Cubos de pollo	Pastel de papas
ACOMPAÑAMIENTO	Espirales	*	Arroz perla	Tallarines atomatados	*
POSTRES	Bavaroise Jalea con yogurt Variedad de fruta natural	Kuchen de fruta Compota de fruta Variedad de fruta natural	Natilla Macedonia Variedad de fruta natural	Queque Chandelle casero Variedad de fruta natural	Panacota Compota de fruta Variedad de fruta natural
SALAD BAR	Lechuga escarola Pepino Mix griego Tomate	Lechugas mixtas Zanahoria Repollo morado Apio	Lechuga costina Mix 4 colores Pepino Coliflor con brócoli	Lechugas mixtas Ensalada chilena Apio Betarraga Polo asado	Lechuga escarola Choclo Pepino Zanahoria
PLATO DE FONDO	Lomo de cerdo asado	Varitas de pescdado	Porotos guisados con tallarines	Pollo asado	Tomaticán
ACOMPAÑAMIENTO	Cous cous con verduras salteadas	Puré de papas	*	Papas al cilantro	Arroz graneado
POSTRES	Leche asada Cremé Variedad de fruta natural	Mote con huesillo Flan de leche Variedad de fruta natural	Torta Hojarasca Compota de fruta Variedad de fruta natural	Empolvados Natilla Variedad de fruta natural	Mosaico chileno Macedonia Variedad de fruta natural
SALAD BAR	<p>Semana Fiestas Patrias</p>				
PLATO DE FONDO					
ACOMPAÑAMIENTO					
POSTRES					
SALAD BAR	Lechuga costina Apio Tomate Repollo morado	Lechuga escarola Betarraga Garbanzos y pimiento rojo Porotos verdes	Lechugas mixtas Zanahoria cubo Coliflor Pepino	Lechuga con espinacas Brócoli Tomate Cochayuyo con salsa verde	Lechuga escarola Pebre de lentejas Choclo con betarraga Repollo con cilantro
PLATO DE FONDO	Lomo de cerdo asado	Pechuga de pollo al jugo	Goulash de vacuno	Lentejas guisadas con arroz	Salsa boloñesa
ACOMPAÑAMIENTO	Mostaccioli	Arroz graneado	Papas cocidas	*	Corbatitas
POSTRES	Natilla Yogurt americano Variedad de fruta natural	Torta de bizchocho con mermelada y chocolate Compota mixta Variedad de fruta natural	Crema catalana (casero) Macedonia Variedad de fruta natural	Leche asada Compota de fruta Variedad de fruta natural	Empolvados Macedonia Variedad de fruta natural
SALAD BAR	Lechuga escarola Zanahoria Tomate Repollo blanco	<p>MENU OCTUBRE</p>			
PLATO DE FONDO					
ACOMPAÑAMIENTO					
POSTRES					

Ya llegaron las

Fiestas Patrias

Nutritips! mediterránea

- ✓ *En estas fechas hay muchas comidas deliciosas, trata de consumirlas con moderación e incluye frutas y verduras crudas.*
- ✓ *Aprovecha los días de descanso y por sobre todo para reunirte con familiares y amigos.*
- ✓ *¡Sal al aire libre, mueve tu cuerpo y deja que la energía fluya mientras disfrutas de la naturaleza y de estas fiestas!*

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

12 *Menú especial*
Septiembre

mediterránea