

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](http://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](mailto: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](mailto:administracionafvitacura@mediterranea-group.cl)

[administracionafchamisero@mediterranea-group.cl](mailto: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](http://www.mediterranea-group.cl)

VALOR  
TICKET  
2024

4.200

mediterránea

MINUTA ALMUERZO

mediterránea

	Lunes 02	Martes 03	Miércoles 04	Jueves 05	Viernes 06
<b>SALAD BAR</b>	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
<b>PLATO DE FONDO</b>	Salsa Alfredo (jamón pollo)	Lentejas guisadas con quínoa	Nuggets de reineta	Cubos de pollo	Pastel de papas
<b>ACOMPAÑAMIENTO</b>	Espirales	*	Arroz perla	Tallarines atomatados	*
<b>POSTRES</b>	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
<b>SALAD BAR</b>	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 Pollo asado Papas al cilantro	Lechuga escarola Choclo Pepino Zanahoria Tomaticán Arroz graneado
<b>PLATO DE FONDO</b>	Lomo de cerdo asado	Varitas de pescdado	Porotos guisados con tallarines	Pollo asado	Tomaticán
<b>ACOMPAÑAMIENTO</b>	Cous cous con verduras salteadas	Puré de papas	*	Papas al cilantro	Arroz graneado
<b>POSTRES</b>	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
<b>SALAD BAR</b>	<p style="text-align: center;"><b>Semana Fiestas Patrias</b></p>				
<b>PLATO DE FONDO</b>					
<b>ACOMPAÑAMIENTO</b>					
<b>POSTRES</b>					
<b>SALAD BAR</b>	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
<b>PLATO DE FONDO</b>	Lomo de cerdo asado	Pechuga de pollo al jugo	Goulash de vacuno	Lentejas guisadas con arroz	Salsa boloñesa
<b>ACOMPAÑAMIENTO</b>	Mostaccioli	Arroz graneado	Papas cocidas	*	Corbatitas
<b>POSTRES</b>	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
<b>SALAD BAR</b>	Lechuga escarola Zanahoria Tomate Repollo blanco	<b>MENU OCTUBRE</b>			
<b>PLATO DE FONDO</b>					
<b>ACOMPAÑAMIENTO</b>					
<b>POSTRES</b>					

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*