



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

Minuta Almuerzo Funcionarios

¿Tienes dudas o consultas?



Puedes contactar al administrador del casino de tu colegio a través del siguiente correo (según corresponda la sede):

administracionafvitacura@mediterranea-group.cl
administracionafchamisero@mediterranea-group.cl

¡Síguenos en nuestras redes!

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

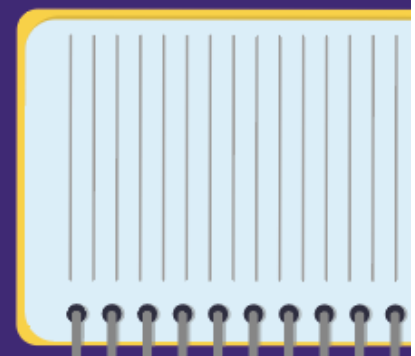
 [Mediterránea Chile](https://www.linkedin.com/company/mediterranea-chile)

 www.mediterranea-group.cl

O puedes escanear este código QR



mediterránea



ABRIL
2025

Sabores del mundo: México

| | Lunes 31 | Martes 1 | Miércoles 2 | Jueves 3 | Viernes 4 |
|-----------------------|--|--|--|---|---|
| Sopa | Sopa de carne con fideos | Crema de espárragos | Consomé de vacuno al huevo | Sopa de pollo con fideos | Crema de champiñones |
| Salad bar | Lechuga escarola Zanahoria con ciboulette Repollo morado Pepino | Lechugas mixtas Betarraga Ensalada chilena Apio | Lechuga costina Porotos verdes Ensalada primavera Zanahoria | Lechuga escarola Mix de repollo Pepino Tomate | Lechugas mixtas Betarraga con cilantro Zanahoria Ceviche de lentejas |
| Salsa | Salsa yogurt romero Pebre | Limoneta con albahaca Salsa yogurt ciboulette | Limoneta Salsa yogurt comino | Limoneta con cilantro Salsa guacamole | Limoneta con perejil Pebre |
| Plato de fondo | Vacuno arvejado Pechuga de pollo con salsa de champiñones | Porotos granados al pilco y churrasco de cerdo Salsa Alfredo (con jamón de pollo) | Croqueta de vacuno casera Lomo de cerdo acaramelado | Pechuga de pollo a la cuernavaca Tacos con carne choclo lechuga porotos negros y guacamole | Lasaña boloñesa Pescado apanado |
| Acompañamiento | Puré de papas Panaché de verduras | Quífaros | Papas al perejil Mote guisado | Arroz mexicano * | Puré de papas |
| Hipocalórico | Ensalada nicoise | Ensalada griega (quesillo) | Ensalada César | Fajitas de atún | Ensalada mediterránea (queso fresco) |
| Vegetariano | Pascualina | Porotos granados al pilco | Omelette de tomate | Burritos de porotos negros arroz y pino de soya atomatado | Lasaña boloñesa con carne de soya |
| Postres | Flan de leche Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural | Tarta de limón Compota mixta Jalea diet Variedad de fruta natural | Macedonia Cremé Jalea diet Variedad de fruta natural | Chocoflan Compota de fruta Mosaico de gelatina Variedad de fruta natural | Kuchen de miga Bavarois Jalea diet Variedad de fruta natural |

| | Lunes 7 | Martes 8 | Miércoles 9 | Jueves 10 | Viernes 11 |
|-----------------------|---|---|---|---|--|
| Sopa | Crema de choclo | Consomé de ave al huevo | Sopa de carne con fideos | Crema de champiñones | Sopa de pollo con arroz |
| Salad bar | Lechuga escarola Zanahoria Tomate Apio | Lechugas mixtas Cebolla asada al orégano Betarraga Coliflor con cilantro | Lechuga costina Repollo morado Ensalada chilena Pepino | Lechuga escarola Pebre de mote Zanahoria cubo con ciboulette Betarraga | Lechugas mixtas Choclo con arvejas Mix 4 colores Tomate |
| Salsa | Limoneta con ciboulette Pebre | Limoneta Salsa de yogurt orégano | Limoneta con eneldo Pebre | Limoneta con pimienta Salsa yogurt perejil | Ketchup Pebre |
| Plato de fondo | Albóndigas de vacuno casera Cerdo a las finas hierbas | Trutro de pollo asado Carbonada de vacuno | Reineta meuniere Pastel de papas al gratín | Lentejas guisadas con arroz Filetes de pollo crispy (caseros) | Vacuno a la cacerola Sándwich lomito italiano |
| Acompañamiento | Quífaros Bouquetier de verduras | Arroz exótico ** | Cous cous primavera | Caracolitos | Papas bastón al horno Arroz graneado |
| Hipocalórico | Croqueta de atún con ensalada de acelga, choclo, zanahoria | Filetillo de pollo con ensaladas | Ensalada del chef (huevo - vacuno) | Quiche de champiñones con ensalada de espinaca, betarraga, coliflor | Ensalada César |
| Vegetariano | Tortilla de porotos verdes Helado | Carbonada con carne de soya Pastel 3 leches | Hamburguesa de soya Leche asada | Lentejas guisadas con arroz Maicena con leche y jalea (casero) | Frittata de espinaca zapallo italiano Eclair con mousse de manjar |
| Postres | Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural | Cremé Jalea diet Variedad de fruta natural | Compota mixta Jalea diet Variedad de fruta natural | Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural | Yogurt americano Jalea diet Variedad de fruta natural |

Ponle color naranja a tu plato

| | Lunes 14 | Martes 15 | Miércoles 16 | Jueves 17 | Viernes 18 |
|-----------------------|--|---|---|---|------------|
| Sopa | Consomé de ave al huevo | Crema de zapallo | Sopa de carne con fideos | Crema de verduras | |
| Salad bar | Lechuga escarola Repollo morado Tomate Ensalada primavera | Lechugas mixtas Brócoli Zanahoria Choclo | Lechuga costina Mix de repollo Betarraga | Lechuga escarola Apio Zanahoria Ensalada chacarera | |
| Salsa | Limoneta al eneldo Pebre | Limoneta con albahaca Salsa yogurt comino | Limoneta Salsa yogurt ciboulette | Limoneta con cilantro Salsa yogurt cúrcuma | |
| Plato de fondo | Pechuga de pollo a la jardinera Estofado de vacuno | Asado alemán Escalopa de cerdo | Vacuno mechado Porotos granados al pilco con churrasco de cerdo | Merluza apanada Canelones boloñesa | |
| Acompañamiento | Arroz con pimentones | Coditos Papas bastón horneadas | Arroz atomatado * | Puré de papas | FERIADO |
| Hipocalórico | Ensalada griega (quesillo) | Pechuga de pollo grillé con ensalada de apio zanahoria espinaca | Ensalada campesina (huevo) | Ensalada César con atún | |
| Vegetariano | Croqueta de soya al pomodoro Flan de leche | Omelette de champiñón queso Queque de zanahoria | Porotos granados al pilco Panacota con salsa de berries (casero) | Hamburguesa de quínoa y porotos verdes Budín de manzana | |
| Postres | Compota mixta Jalea diet Variedad de fruta natural | Bavarois de naranja Jalea diet Variedad de fruta natural | Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural | Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural | |

| | Lunes 21 | Martes 22 | Miércoles 23 | Jueves 24 | Viernes 25 |
|-----------------------|---|--|---|---|---|
| Sopa | Crema de verduras | Sopa de ave con sémola | Crema de zapallo | Consomé de vacuno con cilantro | Crema de pollo |
| Salad bar | Lechuga costina Apio Tomate Repollo morado | Lechuga escarola Betarraga Ens. de garbanzos y pimiento rojo Porotos verdes | Lechugas mixtas Zanahoria cubo Ensalada chilena Pepino | Lechuga con espinacas Brócoli Choclo con betarraga Cochayuyo con salsa verde | Lechuga escarola Porotos verdes Tomate Repollo con cilantro |
| Salsa | Limoneta con albahaca Pebre | Ketchup Salsa yogurt ciboulette | Limoneta Salsa yogurt comino | Limoneta con cilantro Salsa yogurt curry | Limoneta con albahaca Pebre |
| Plato de fondo | Pescado al horno con tomate y romero Vacuno al jugo | Trutro de pollo asado Pizza napolitana | Dados de vacuno con verduras Lentejas guisadas con quínoa y filetes de pollo | Lomo de cerdo con salsa de naranja Omelette de choclo tomate cebolla queso | Salsa boloñesa Nugget de pollo |
| Acompañamiento | Mostaccioli Pastelera de choclo | Arroz graneado Papas bastón al horno | Espirales | Arroz exótico Estofado de verduras | Puré de papas mixto Spaghetti |
| Hipocalórico | Ensalada mediterránea (queso fresco) | Ensalada César | Tortilla de atún con ensalada de porotos verdes, betarraga, lechuga | Wraps de jamón y guacamole con ensalada de apio, arvejas, zanahoria | Filetes de pollo a la plancha con ensalada de apio, betarraga, choclo |
| Vegetariano | Quesillo apanado Helado palito | Pizza vegetariana Torta de yogurt | Lentejas guisadas con quínoa Chandelle de chocolate | Omelette de choclo tomate cebolla queso Flan de leche | Salsa boloñesa de soya Profiteroles con crema pastelera |
| Postres | Leche nevada Jalea diet Variedad de fruta natural | Sémola con leche Jalea diet Variedad de fruta natural | Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural | Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural | Leche asada Jalea diet Variedad de fruta natural |

| | Lunes 28 | Martes 29 | Miércoles 30 | Jueves 1 | Viernes 2 |
|-----------------------|--|--|--|----------|-----------|
| Sopa | Sopa de carne con fideos | Crema de verduras | Sopa de pollo con arroz | | |
| Salad bar | Lechuga escarola Repollo morado Zanahoria Apio | Lechugas mixtas Ensalada chilena Betarraga Coliflor | Lechuga escarola Zanahoria Choclo con cilantro Repollo mixto | | |
| Salsa | Limoneta con ciboulette Pebre | Limoneta Salsa de yogurt orégano | Limoneta con eneldo Pebre | | |
| Plato de fondo | Carne mechada Salsa Alfredo (jamón de pollo) | Goulash de pollo Porotos con tallarines y churrasco de cerdo | Lasaña de carne con verduras Merluza apanada | | |
| Acompañamiento | Arroz árabe Quífaros | Papas al perejil | Cous cous | | |
| Hipocalórico | Tortilla de porotos verdes con ensalada de espinaca, choclo, tomate | Ensalada César con atún | Omelette de champiñón zanahoria con ensalada de arvejas, betarraga, pepino | | |
| Vegetariano | Omelette de champiñón queso | Porotos con tallarines | Lasaña de carne de soya con verduras | | |
| Postres | Natilla Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural | Brazo de reina Leche asada Jalea diet Variedad de fruta natural | Kuchen de fruta Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural | | |

MINUTA DESAYUNO - ONCE

mediterránea

| | Lunes 31 | Martes 1 | Miércoles 2 | Jueves 3 | Viernes 4 |
|--------------------------|---|---|---|---|---|
| Porción líquida | Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada | Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada | Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada | Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada | Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada |
| Sándwich desayuno | Marraqueta Churrasco queso Sachet aderezos | Frica Huevo revuelto tomate | Hallulla Jamón de pollo palta natural | Marraqueta Aliado Mantequilla | Hallulla Pasta de ave pimentón |
| Sándwich once | Marraqueta Aliado Mantequilla | Hallulla Pasta de ave palta natural | Frica Queso Tomate | Marraqueta Huevo revuelto | Pizza napolitana |

| | Lunes 7 | Martes 8 | Miércoles 9 | Jueves 10 | Viernes 11 |
|--------------------------|---|---|---|---|---|
| Porción líquida | Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada | Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada | Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada | Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada | Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada |
| Sándwich desayuno | Frica Hamburguesa queso Sachet aderezos | Hallulla Huevo revuelto | Frica Pasta de ave mayonesa | Marraqueta Aliado Mantequilla | Hallulla Jamón de pollo palta natural |
| Sándwich once | Hallulla Pasta de ave palta natural | Marraqueta Queso Tomate | Hallulla Huevo revuelto con jamón | Frica Pasta de ave pimentón | As italiano Sachet aderezos |

| | Lunes 14 | Martes 15 | Miércoles 16 | Jueves 17 | Viernes 18 |
|--------------------------|---|---|---|---|----------------|
| Porción líquida | Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada | Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada | Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada | Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada | FERIADO |
| Sándwich desayuno | Marraqueta Lomito palta Sachet aderezos | Frica Ave mayonesa | Hallulla Jamón de pollo palta natural | Marraqueta Queso tomate | FERIADO |
| Sándwich once | Marraqueta Queso tomate | Hallulla Huevo revuelto queso | Frica Pasta de ave pimentón | Marraqueta Jamón de pollo palta natural | FERIADO |

| | Lunes 21 | Martes 22 | Miércoles 23 | Jueves 24 | Viernes 25 |
|--------------------------|---|---|---|---|---|
| Porción líquida | Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada | Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada | Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada | Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada | Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada |
| Sándwich desayuno | Frica Hamburguesa Queso Sachet aderezos | Hallulla Pasta de ave pimentón | Frica Huevo revuelto | Hallulla Aliado Mantequilla | Marraqueta Jamón de pollo palta natural |
| Sándwich once | Frica Aliado Mantequilla | Marraqueta Queso tomate | Hallulla Pasta de ave mayonesa | Marraqueta Palta natural Queso | As italiano Sachet aderezos |

| | Lunes 28 | Martes 29 | Miércoles 30 | Jueves 1 | Viernes 2 |
|--------------------------|---|---|---|----------|-----------|
| Porción líquida | Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada | Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada | Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada | | |
| Sándwich desayuno | Frica Lomito chacarero Sachet aderezos | Marraqueta Pasta de ave palta natural | Marraqueta Aliado Mantequilla | | |
| Sándwich once | Marraqueta Queso Tomate | Frica Huevo revuelto | Hallulla Pasta de ave pimentón | | |

MINUTA COLACION TRANSPORTABLE

| | Lunes 31 | Martes 1 | Miércoles 2 | Jueves 3 | Viernes 4 |
|---------------------------------|--------------------------|----------------------------------|--------------------------|---------------------|--------------------------|
| Porción líquida | Jugo en caja 200 cc | Jugo en caja 200 cc | Jugo en caja 200 cc | Jugo en caja 200 cc | Jugo en caja 200 cc |
| Sándwich casero | Churrasco chacarero | Pollo cebolla caramelizada palta | Ave chacarero | Churrasco queso | Lomito tomate palta |
| Fruta natural | 1 fruta natural | 1 fruta natural | 1 fruta natural | 1 fruta natural | 1 fruta natural |
| Barra de cereal o yogurt | Yogurt individual 120 cc | Barra de cereal | Yogurt individual 120 cc | Barra de cereal | Yogurt individual 120 cc |

| | Lunes 7 | Martes 8 | Miércoles 9 | Jueves 10 | Viernes 11 |
|---------------------------------|----------------------------------|--------------------------|--|--------------------------|---------------------|
| Porción líquida | Jugo en caja 200 cc | Jugo en caja 200 cc | Jugo en caja 200 cc | Jugo en caja 200 cc | Jugo en caja 200 cc |
| Sándwich casero | Pollo cebolla caramelizada palta | Ave chacarero | Churrasco porotos verdes aros de cebolla | Lomito tomate palta | Pollo huacamole |
| Fruta natural | 1 fruta natural | 1 fruta natural | 1 fruta natural | 1 fruta natural | 1 fruta natural |
| Barra de cereal o yogurt | Barra de cereal | Yogurt individual 120 cc | Barra de cereal | Yogurt individual 120 cc | Barra de cereal |

| | Lunes 14 | Martes 15 | Miércoles 16 | Jueves 17 | Viernes 18 |
|---------------------------------|--------------------------|-----------------------|--------------------------|--------------------------------|----------------|
| Porción líquida | Jugo en caja 200 cc | Jugo en caja 200 cc | Jugo en caja 200 cc | Jugo en caja 200 cc | |
| Sándwich casero | Churrasco queso tomate | Ave lechuga champiñón | Lomito queso palta | Churrasco porotos verdes queso | FERIADO |
| Fruta natural | 1 fruta natural | 1 fruta natural | 1 fruta natural | 1 fruta natural | |
| Barra de cereal o yogurt | Yogurt individual 120 cc | Barra de cereal | Yogurt individual 120 cc | Barra de cereal | |

| | Lunes 21 | Martes 22 | Miércoles 23 | Jueves 24 | Viernes 25 |
|---------------------------------|---------------------|----------------------------------|---------------------|--------------------------|---------------------|
| Porción líquida | Jugo en caja 200 cc | Jugo en caja 200 cc | Jugo en caja 200 cc | Jugo en caja 200 cc | Jugo en caja 200 cc |
| Sándwich casero | Churrasco chacarero | Pollo cebolla caramelizada palta | Ave chacarero | Churrasco queso | Lomito tomate palta |
| Fruta natural | 1 fruta natural | 1 fruta natural | 1 fruta natural | 1 fruta natural | 1 fruta natural |
| Barra de cereal o yogurt | Barra de cereal | Yogurt individual 120 cc | Barra de cereal | Yogurt individual 120 cc | Barra de cereal |

| | Lunes 28 | Martes 29 | Miércoles 30 | Jueves 1 | Viernes 2 |
|---------------------------------|----------------------------------|---------------------|--|----------|-----------|
| Porción líquida | Jugo en caja 200 cc | Jugo en caja 200 cc | Jugo en caja 200 cc | | |
| Sándwich casero | Pollo cebolla caramelizada palta | Ave chacarero | Churrasco porotos verdes aros de cebolla | | |
| Fruta natural | 1 fruta natural | 1 fruta natural | 1 fruta natural | | |
| Barra de cereal o yogurt | Yogurt individual 120 cc | Barra de cereal | Yogurt individual 120 cc | | |