



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)

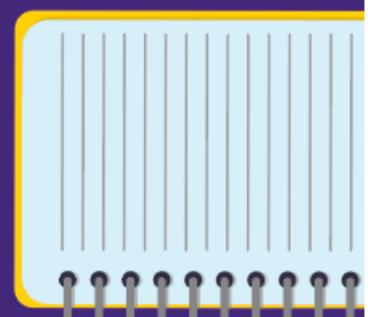
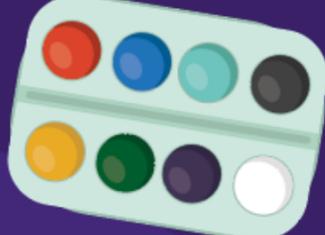


www.mediterranea-group.cl

O puedes escanear este código QR



mediterránea



JUNIO
2025

	Lunes 2	Martes 3	Miércoles 4	Jueves 5	Yum day Viernes 6
Sopa	Crema de zapallo	Sopa de carne con verduras	Crema de champiñones	Consomé de ave	Crema de espárragos
Salad bar	Lechugas mixtas Zanahoria Betarraga Tomate	Lechuga escarola Primavera Apio Repollo morado	Lechugas mixtas Porotos verdes Ensalada chilena Choclo	Lechuga costina Betarraga Zanahoria Ceviche de mote	Lechuga escarola Repollo morado Tomate Pepino
Salsa	Limoneta al eneldo Pebre	Limoneta con albahaca Salsa yogurt ciboulette	Limoneta Salsa yogurt comino	Limoneta con cilantro Salsa yogurt cúrcuma	Kétchup Pebre
Plato de fondo	Vacuno mechado Merluza a la vizcaína	Lomo de cerdo al orégano Carbonada de vacuno	Ají de gallina Omelette de jamón queso	Salsa boloñesa Lentejas guisadas con quínoa y filetes de pollo	Sándwich hamburguesa queso Pollo asado
Acompañamiento	Chaufa de quínoa Papas doradas	Spaghetti	Arroz graneado Verduras salteadas	Mostaccioli	Arroz primavera Papas bastón horneadas
Hipocalórico	Ensalada campesina (huevo)	Croquetas de atún con ensalada de acelga, choclo, zanahoria	Ensaladas mixtas con queso	Hamburguesa de vacuno con ensalada de coliflor, tomate, pepino	Ensalada César
Vegetariano	Strogonoff de carne de soya Mousse Macedonia Jalea diet	Lasaña de verduras Brazo de reina Leche nevada Jalea diet	Omelette de espinaca queso Natilla Compota de fruta Jalea diet	Lentejas guisadas con quínoa Pastel vasco Chandelle casero Jalea diet	Sándwich hamburguesa de soya Torta de manjar merengue Sémola con leche Jalea diet
Postres	Variedad de fruta natural	Variedad de fruta natural	Variedad de fruta natural	Variedad de fruta natural	Variedad de fruta natural

	Lunes 9	Martes 10 <i>Ponle color verde a tu plato</i>	Miércoles 11	Jueves 12	Viernes 13
Sopa	Crema de pollo	Sopa de carne con fideos con cilantro	Consomé de ave al huevo	Crema de choclo	Sopa de pollo con sémola
Salad bar	Lechuga escarola Porotos verdes Primavera Pepino	Lechuga costina Repollo con espinaca Apio Brócoli	Lechugas mixtas Betarraga Mix 4 colores Tomate	Lechuga escarola Tomate Ensalada bretona Pepino	Lechugas mixtas Betarraga con arvejas Porotos verdes Zanahoria
Salsa	Limoneta al eneldo Pebre	Limoneta Salsa yogurt comino	Limoneta con albahaca Salsa yogurt ciboulette	Limoneta con cilantro Salsa yogurt cúrcuma	Salsa de yogurt cilantro Kétchup
Plato de fondo	Pechuga de pollo con salsa de naranja Estofado de vacuno	Pulpa de cerdo caramelizada Fajitas con carne molida y guacamole	Asado alemán Porotos guisados con tallarines y churrasco de cerdo	Vacuno al jugo Salsa bontoux	Merluza apanada Tortilla de champiñón, pimentón y queso
Acompañamiento	Coditos	Cous cous exótico Papas bastón al horno	Arroz a las finas hierbas	Espirales Budín de acelgas	Arroz con zanahoria Puré de papas
Hipocalórico	Ensalada griega (quesillo)	Ensalada Nicoise (atún - huevo)	Ensalada César	Pechuga de pollo grillé con ensalada de apio zanahoria espinaca	Ensalada campesina (huevo)
Vegetariano	Quesillo apanado	Fajitas vegetarianas y guacamole	Porotos guisados con tallarines	Salsa boloñesa de soya	Tortilla de champiñón, pimentón y queso
Postres	Flan de leche Helado centella Jalea diet Variedad de fruta natural	Mousse de ilusión de manzana Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Empolvado Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural	Leche nevada Manzana asada Jalea diet Variedad de fruta natural	Colegial Crema rusa (casero) Jalea diet Variedad de fruta natural

	Lunes 16	Martes 17	Miércoles 18 <i>Sabores del mundo: Italia</i>	Jueves 19	Viernes 20
Sopa	Sopa de pollo con verduras	Crema de zapallo	Sopa de pollo con arroz	Crema de espárragos	
Salad bar	Lechuga escarola Brócoli Zanahoria Betarraga	Lechugas mixtas Repollo morado Tomate Coliflor	Lechuga escarola Ensalada bretona Choclo con cilantro Mix 4 colores	Lechuga costina Betarraga Pepino Zanahoria	
Salsa	Limoneta con ciboulette Pebre	Limoneta Salsa de yogurt orégano	Limoneta con eneldo Pebre Pizza napolitana con papas bastón horneadas	Limoneta con pimienta Salsa yogurt perejil	
Plato de fondo	Vacuno arvejado Salsa Alfredo (jamón de pollo)	Goulash de pollo Lentejas guisadas con albondiguas	Salsas: boloñesa o pollo albahaca	Pechuga de pollo asado Ajiaco de vacuno	Feriado
Acompañamiento	Flan de verduras Quífaros	Puré de papas		Arroz exótico	
Hipocalórico	Tortilla de porotos verdes con ensalada de espinaca, choclo, tomate	Ensalada César con atún	Omelette de jamón de pavo palmitos con ensalada de arvejas, betarraga, pepino	Quiche de espinaca y choclo con ensalada de lechuga, repollo morado, porotos verdes	
Vegetariano	Omelette de palmitos queso Natilla Macedonia Jalea diet	Lentejas guisadas Torta de chocolate Flan de leche Jalea diet	Pizza vegetariana Panacotta con salsa de frambuesa Pera al jugo bañada con salsa Jalea diet	Ajiaco de carne de soya Crema catalana (casero) Macedonia Jalea diet	
Postres	Variedad de fruta natural	Variedad de fruta natural	Variedad de fruta natural	Variedad de fruta natural	

	Lunes 23	Martes 24	Miércoles 25	Jueves 26	Viernes 27
Sopa	Sopa de carne con fideos	Crema de espárragos	Consomé de vacuno al huevo	Crema de champiñones	Sopa de pollo con arroz
Salad bar	Lechuga escarola Pepino Mix griego Tomate	Lechugas mixtas Zanahoria Repollo morado Apio	Lechuga costina Mix 4 colores Ensalada chilena Coliflor con brócoli	Lechugas mixtas Porotos verdes Zanahoria Tomate	Lechuga escarola Betarraga con cilantro Apio Ceviche de lentejas
Salsa	Salsa yogurt romero Pebre	Limoneta con albahaca Salsa yogurt ciboulette	Limoneta Salsa yogurt comino	Limoneta con perejil Pebre	Limoneta con cilantro Salsa yogurt curry
Plato de fondo	Pechuga de pollo con salsa de champiñones Merluza apanada	Vacuno al pomodoro Tortilla de porotos verdes choclo	Hamburguesa de vacuno casera Porotos guisados con tallarines con filetillo de pollo	Ass queso Dados de pollo al orégano	Pulpa de cerdo al merkén Carbonada de vacuno (molida)
Acompañamiento	Arroz al cilantro Panaché de verduras	Canutones Cous cous primavera	Puré de papas	Mostaccioli Papas bastón al horno	Arroz graneado
Hipocalórico	Ensalada Nicoise (atún - huevo)	Ensalada griega (quesillo)	Ensalada César	Ensalada mediterránea (queso fresco)	Wraps de pollo y lechuga con salsa de huacamole
Vegetariano	Quesillo apanado Flan de leche Helado Jalea diet	Tortilla de porotos verdes choclo Maicena con leche Compota mixta Jalea diet	Porotos guisados con tallarines Brazo gitano Macedonia Jalea diet	Hamburguesa de porotos negros Kuchen de miga Bavarois Jalea diet	Carbonada con carne de soya Natilla Compota de fruta Jalea diet
Postres	Variedad de fruta natural	Variedad de fruta natural	Variedad de fruta natural	Variedad de fruta natural	Variedad de fruta natural

	Lunes 30	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Sopa	Crema de verduras				
Salad bar	Lechuga costina Porotos verdes Coliflor Repollo morado				
Salsa	Salsa yogurt romero Pebre				
Plato de fondo	Lomo de cerdo con salsa de naranja Salsa boloñesa				
Acompañamiento	Espirales Budín de verduras				
Hipocalórico	Filetes de pollo a la plancha con ensalada de apio, betarraga, choclo				
Vegetariano	Salsa boloñesa de soya Mousse				
Postres	Manzana asada Jalea diet Variedad de fruta natural				

MINUTA DESAYUNO - ONCE

mediterránea

	Lunes 2	Martes 3	Miércoles 4	Jueves 5	Viernes 6
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 Brownie	Marraqueta Queso tomate Ens. Fruta	Hallulla Pasta de ave mayonesa Yogurt + cereal	Marraqueta Palta natural Queso Barra de proteína	As italiano Sachet aderezos Yogurt con fruta
	Lunes 9	Martes 10	Miércoles 11	Jueves 12	Viernes 13
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 Lomito chacarero Sachet aderezos	Marraqueta Pasta de ave palta natural	Marraqueta Aliado Mantequilla	Hallulla Huevo revuelto	Hallulla Jamón de pollo palta natural
Sándwich once	Marraqueta Queso Tomate Barra de proteína	Frica Huevo revuelto Yogurt con fruta	Hallulla Pasta de ave pimentón Colegial	Marraqueta Aliado Mantequilla Ens. Fruta	Pizza napolitana Yogurt + cereal
	Lunes 16	Martes 17	Miércoles 18	Jueves 19	Viernes 20
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	Frica Churrasco tomate Sachet mayonesa	Marraqueta Aliado Mantequilla	Hallulla Jamón de pavo palta natural	Hallulla Huevo revuelto queso	Feriado
Sándwich once	Frica Pasta de ave mayonesa Yogurt + fruta	Hallulla Huevo revuelto con jamón Queque	Frica Aliado Mantequilla Barra proteica	Marraqueta Palta natural tomate Yogurt + cereal	Feriado
	Lunes 23	Martes 24	Miércoles 25	Jueves 26	Viernes 27
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 Yogurt + cereal	Hallulla Pasta de ave palta natural Yogurt + fruta	Frica Queso Tomate Brownie	Marraqueta Huevo revuelto Ens. Fruta	Pizza napolitana Barra de proteína
	Lunes 30	Martes 1	Miércoles 2	Jueves 3	Viernes 4
Porción líquida	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada				
Sándwich desayuno	Frica Hamburguesa queso Sachet aderezos				
Sándwich once	Hallulla Pasta de ave palta natural Ens. Fruta				

MINUTA COLACION TRANSPORTABLE

	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		Jugo en caja 200 cc
Sándwich casero	Pollo cebolla caramelizada palta	Ave chacarero	Churrasco porotos verdes aros de cebolla	FERIADO	Pollo huacamole
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		Yogurt individual 120 cc
	Lunes 5	Martes 6	Miércoles 7	Jueves 8	Viernes 9
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 queso tomate	Ave lechuga champiñón	Lomito queso palta	Churrasco porotos verdes queso	Ave palta tomate
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 12	Martes 13	Miércoles 14	Jueves 15	Viernes 16
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 19	Martes 20	Miércoles 21	Jueves 22	Viernes 23
Porción líquida	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	FERIADO	Lomito tomate palta	Pollo huacamole
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		Yogurt individual 120 cc	Barra de cereal
	Lunes 26	Martes 27	Miércoles 28	Jueves 29	Viernes 30
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 queso tomate	Ave lechuga champiñón	Lomito queso palta	Churrasco porotos verdes queso	Ave palta tomate
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