



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)

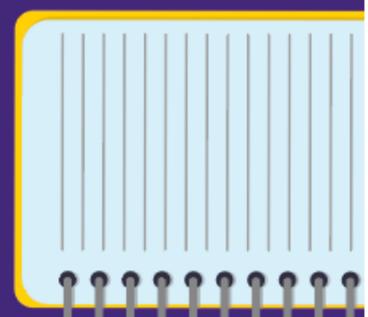
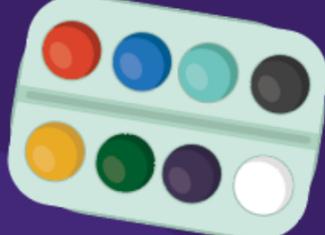
 [Mediterránea Chile](https://www.linkedin.com/company/mediterranea-chile)

 www.mediterranea-group.cl

O puedes escanear este código QR



mediterránea



JULIO
2025

MINUTA ALMUERZO

mediterránea

	Ponle color rojo				
	Lunes	Martes 1	Miércoles 2	Jueves 3	Viernes 4
Sopa		Sopa de ave con fideos	Crema de zapallo	Consomé de vacuno con cilantro	Crema de pollo
Salad bar		Lechuga escarola Betarraga Ens. de garbanzos y pimiento rojo Apio	Lechugas mixtas Zanahoria cubo Ensalada chilena Pepino	Lechuga con espinacas Brócoli Choclo con betarraga Cochayuyo con salsa verde	Lechuga escarola Pebre de lentejas Tomate Repollo con cilantro
Salsa		Limoneta con albahaca Salsa yogurt ciboulette	Limoneta Salsa yogurt comino	Ketchup Salsa yogurt curry	Limoneta cilantro Salsa de yogurt al ciboulette
Plato de fondo		Cazuela de vacuno Pechuga de pollo arvejada	Juliana de vacuno a la primavera Croquetas de garbanzo atomatadas caseras	Cubos de pollo al jugo Omelette de jamón de pavo queso	Nuggets de reineta Lasaña de carne con verduras
Acompañamiento		Arroz graneado	Cous cous con verduras Puré de papas	Spaghetti Charquicán de verduras	Arroz con choclo
Hipocalórico		Ensalada César	Tortilla de atún con ensalada de porotos verdes, betarraga, lechuga	Wraps de vacuno y guacamole con ensalada de apio, arvejas, zanahoria	Ensalada mediterránea (queso fresco)
Vegetariano		Tortilla de porotos verdes	Croquetas de garbanzo atomatadas caseras	Omelette de espinaca queso	Lasaña vegetariana
Postres		Tarta de yogurt de frutilla Sémola con leche y salsa de frambuesa Jalea diet Variedad de fruta natural	Cremé Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural	Flan de leche Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Profiteroles con crema pastelera Leche asada Jalea diet Variedad de fruta natural

	Sabores del mundo Francia				
	Lunes 7	Martes 8	Miércoles 9	Jueves 10	Viernes 11
Sopa	Crema de choclo	Consomé de ave al huevo	Sopa de carne con arroz	Crema de lentejas	Sopa de pollo con sémola
Salad bar	Lechuga escarola Zanahoria Tomate Apio	Lechugas mixtas Cebolla asada al orégano Betarraga Primavera	Lechuga costina Repollo morado Ensalada chilena Pepino	Mix de hojas verdes Porotos verdes con tomate Zanahoria rallada Betarraga	Lechugas mixtas Choclo con arvejas Mix 4 colores Tomate
Salsa	Limoneta con ciboulette Pebre	Limoneta Salsa de yogurt orégano	Limoneta con eneldo Pebre	Vinagreta francesa Salsa yogurt perejil	Ketchup Pebre
Plato de fondo	Ragout de vacuno Pechuga de pollo grillé	Albóndigas de vacuno a la húngara Lentejas guisadas con quínoa	Estofado de vacuno Salsa Alfredo (jamón de pollo)	Vacuno con salsa bourguignon Pescado a la meunière	Pulpa de cerdo con salsa a las finas hierbas Pollo asado
Acompañamiento	Papas doradas Guiso de porotos verdes	Arroz con pimentones	Corbatitas	Arroz graneado Ratatouille	Quífaros Papas bastón al horno
Hipocalórico	Croqueta de atún con ensalada de acelga, choclo, zanahoria	Pollo a la plancha con variedad de ensaladas	Ensaladas mixtas con huevos duros	Ensalada Nicoise (atún - huevo)	Ensalada César
Vegetariano	Ragout de carne de soya Mousse	Lentejas guisadas con quínoa Pastel 3 leches	Charquicán de verduras con huevo Leche asada	Lasaña con berenjenas Crêpes	Burrito de porotos negros Eclair con mousse de manjar
Postres	Helado Jalea diet Variedad de fruta natural	Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural	Compota mixta Jalea diet Variedad de fruta natural	Mousse de chocolate con salsa de frambuesa Jalea diet Variedad de fruta natural	Yogurt americano Jalea diet Variedad de fruta natural

MINUTA DESAYUNO - ONCE

mediterránea

	Lunes	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	FERIADO	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada
Sándwich desayuno		Hallulla Huevo revuelto	Frica Pasta de ave mayonesa	Marraqueta Aliado Mantequilla	Hallulla Jamón de pollo palta natural
Sándwich once		Marraqueta Queso Tomate Colegial	Hallulla Huevo revuelto con jamón Yogurt + cereal	Frica Pasta de ave pimentón Barra de proteína	As italiano Sachet aderezos Yogurt + fruta
	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	FERIADO	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada
Sándwich desayuno	Marraqueta Lomito palta Sachet aderezos	Frica Ave mayonesa	Hallulla Jamón de pollo palta natural	Marraqueta Queso tomate	Hallulla Huevo revuelto
Sándwich once	Marraqueta Queso tomate Yogurt + cereal	Hallulla Huevo revuelto queso Barra de proteína	Frica Pasta de ave pimentón Queque casero	Marraqueta Jamón de pollo palta natural Yogurt + fruta	Pizza napolitana Ens. fruta
	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	FERIADO	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		Hallulla Aliado Mantequilla	Marraqueta Jamón de pollo palta natural
Sándwich once	Hallulla Huevo revuelto Brownie	Marraqueta Queso tomate Ens. Fruta		Marraqueta Palta natural Queso Barra de proteína	As italiano Sachet aderezos Yogurt con fruta
	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 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 28	Martes 29	Miércoles 30	Jueves 31	Viernes
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 Churrasco tomate Sachet mayonesa	Marraqueta Aliado Mantequilla	Hallulla Jamón de pavo palta natural	Hallulla Huevo revuelto queso	Hallulla Pasta de ave pimentón
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	As pollo queso Sachet aderezos Ens. Fruta

MINUTA COLACION TRANSPORTABLE

	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	
Sándwich casero	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	
Barra de cereal o yogurt	Yogurt individual 120 cc	Yogurt individual 120 cc	Yogurt individual 120 cc	Barra de cereal	
	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	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
	Lunes 14	Martes 15	Miércoles 16	Jueves 17	Viernes 18
Porción líquida	Jugo en caja 200 cc	Jugo en caja 200 cc	FERIADO	Jugo en caja 200 cc	Jugo en caja 200 cc
Sándwich casero	Churrasco chacarero	Pollo cebolla caramelizada palta		Churrasco queso	Lomito tomate palta
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		Barra de cereal	Yogurt individual 120 cc
	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	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	Yogurt individual 120 cc	Barra de cereal	Yogurt individual 120 cc	Yogurt individual 120 cc	Yogurt individual 120 cc
	Lunes 28	Martes 29	Miércoles 30	Jueves 31	Viernes
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	
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	