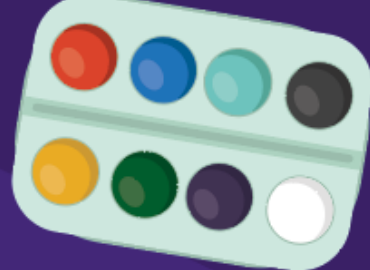
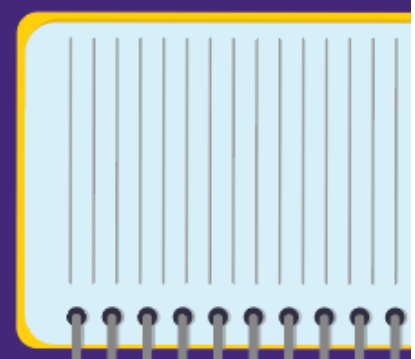




Lycée Antoine de Saint-Exupéry
Corporación Educacional Alianza Francesa-Santiago



mediterránea



¿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



Mediterránea Chile



www.mediterranea-group.cl

O puedes escanear este código QR



AGOSTO
2025

MINUTA ALMUERZO

mediterránea

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes 1
Sopa					Crema de espárragos
Salad bar					Lechuga escarola Repollo morado Tomate Pepino
Salsa					Kétchup Pebre
Plato de fondo					Hamburguesa de vacuno casera Trutro de pollo asado
Acompañamiento					Arroz primavera Papas bastón horneadas
Hipocalórico					Ensalada César
Vegetariano					Hamburguesa de soya Torta de manjar merengue Sémola con leche Jalea diet Variedad de fruta natural
Postres					

	Lunes 4	Martes 5	Miércoles 6	Jueves 7	Viernes 8
Sopa	Crema de pollo	Consomé de ave al huevo	Sopa de carne con fideos	Crema de choclo	Sopa de pollo con sémola
Salad bar	Lechuga escarola Repollo morado Primavera Zanahoria	Lechugas mixtas Brócoli Mix 4 colores Tomate	Lechuga costina Mix de repollo Apio Betarraga	Lechuga escarola Tomate Ensalada bretona Pepino	Lechugas mixtas Betarraga con arvejas Porotos verdes Zanahoria
Salsa	Limoneta al eneldo Pebre	Limoneta con albahaca Salsa yogurt ciboulette	Limoneta Salsa yogurt comino	Limoneta con cilantro Salsa yogurt cúrcuma	Salsa de yogurt cilantro Kétchup
Plato de fondo	Pechuga de pollo con salsa de naranja Estofado de vacuno	Asado alemán Porotos guisados con tallarines y churrasco de cerdo	Pulpa de cerdo caramelizada Tortilla de champiñón, pimentón y queso	Vacuno al jugo Merluza apanada	Pollo asado Croqueta de vacuno
Acompañamiento	Coditos	Arroz a las finas hierbas	Cous cous exótico Puré de papas	Espirales al perejil Guiso de verduras	Arroz primavera Papas bastón al horno
Hipocalórico	Ensalada griega (quesillo)	Ensalada César	Ensalada Nicoise (atún - huevo)	Pechuga de pollo grillé con ensalada de apio zanahoria espinaca	Ensalada campesina (huevo)
Vegetariano	Salsa boloñesa de soya Macedonia Yogurt americano Jalea diet Variedad de fruta natural	Porotos guisados con tallarines Empolvado Flan de leche Jalea diet Variedad de fruta natural	Tortilla de champiñón, pimentón y queso Suspiro limeño Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Quesillo apanado Leche nevada Manzana asada Jalea diet Variedad de fruta natural	Croqueta de soya Queque mármol Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural
Postres					

	Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15
Sopa	Sopa de pollo con verduras	Crema de zapallo	Sopa de pollo con arroz	Crema de espárragos	FERIADO
Salad bar	Lechuga escarola Brócoli Zanahoria Betarraga	Lechugas mixtas Repollo morado Tomate Choclo con cilantro	Lechuga escarola Ensalada bretona Zanahoria Apio	Lechuga costina Betarraga Pepino Tomate	
Salsa	Limoneta con ciboulette Pebre	Limoneta Salsa de yogurt orégano	Limoneta con eneldo Pebre	Limoneta con pimienta Salsa yogurt perejil	
Plato de fondo	Vacuno arvejado Chuleta de cerdo asada	Cazuela de pollo Strogonoff de vacuno	Pastel de papas Merluza con costra de perejil	Dados de pollo con verduras salteadas Lentejas guisadas con quínoa y albondiguitas	
Acompañamiento	Flan de verduras Arroz con fideos cabello	Tallarines	Arroz exótico	Puré de papas	
Hipocalórico	Ensalada mediterránea (queso fresco)	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 Variedad de fruta natural	Strogonoff de carne de soya Torta de chocolate Flan de leche Jalea diet Variedad de fruta natural	Pastel de papas con pino de soya Leche asada Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Lentejas guisadas con quínoa Crema catalana (casero) Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural	
Postres					

	Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
Sopa	Sopa de carne con fideos	Crema de espárragos	Consomé de vacuno al huevo	Sopa de pollo con arroz	Crema de champiñones
Salad bar	Lechuga escarola Pepino Mix griego Tomate	Lechugas mixtas Zanahoria Repollo morado Apio	Lechuga costina Mix 4 colores Ensalada chilena Coliflor con brócoli	Lechuga escarola Betarraga con cilantro Apio Ceviche de lentejas	Lechugas mixtas Porotos verdes Zanahoria Tomate
Salsa	Salsa yogurt romero Pebre	Limoneta con albahaca Kétchup	Limoneta Salsa yogurt comino	Limoneta con cilantro Salsa yogurt curry	Limoneta con perejil Pebre
Plato de fondo	Pechuga de pollo con salsa de champiñones Tortilla de porotos verdes choclo	As italiano Merluza apanada	Hamburguesa de vacuno casera Porotos guisados con tallarines con filetillo de pollo	Pulpa de cerdo al merkén Carbonada de vacuno (molida)	Vacuno al pomodoro Dados de pollo al orégano
Acompañamiento	Arroz al cilantro Guiso de quínoa	Panaché de verduras Papas bastón al horno	Puré de papas110	Arroz graneado90	Mostaccioli Verduras salteadas
Hipocalórico	Ensalada Nicoise (atún - huevo)	Ensalada griega (quesillo)	Ensalada César	Wraps de pollo y lechuga con salsa de huacamole	Ensalada mediterránea (queso fresco)
Vegetariano	Quesillo apanado Flan de leche Helado Jalea diet Variedad de fruta natural	Sándwich de hamburguesa de soya italiano Chandelle Compota mixta Jalea diet Variedad de fruta natural	Porotos guisados con tallarines Brazo gitano Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural	Carbonada con carne de soya Natilla Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Hamburguesa de porotos negros Kuchen de miga Bavaois Jalea diet Variedad de fruta natural
Postres					

	Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29
Sopa	Crema de verduras	Sopa de ave con fideos	Crema de zapallo	Consomé de vacuno con cilantro	Crema de pollo
Salad bar	Lechuga costina Porotos verdes Coliflor con pimentón rojo Repollo morado	Lechuga escarola Betarraga Ceviche de lentejas Apio	Lechugas mixtas Zanahoria cubo Ensalada chilena Pepino	Lechuga con espinacas Brócoli Betarraga Coleslaw	Lechuga escarola Garbanzos con pimentón Tomate Repollo con cilantro
Salsa	Salsa yogurt romero Pebre	Limoneta con albahaca Salsa yogurt ciboulette	Limoneta Salsa yogurt comino	Ketchup Salsa yogurt curry	Limoneta cilantro Salsa de yogurt al ciboulette
Plato de fondo	Lomo de cerdo con salsa de naranja Salsa boloñesa	Cazuela de vacuno Pechuga de pollo arvejada	Juliana de vacuno a la primavera Croquetas de garbanzo con salsa de albahaca tomate	Pollo crispy Pastel de carne: Meatloaf	Merluza con tomate y romero Albódigas de vacuno a la húngara
Acompañamiento	Espirales Papas doradas	Arroz graneado	Spaghetti Puré de papas	Cous cous con verduras Papas bastón al horno	Arroz con choclo Charquicán de verduras
Hipocalórico	Filetes de pollo a la plancha con ensalada de apio, betarraga, choclo	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	Salsa boloñesa de soya Mousse Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural	Ajiaco con carne de soya Tarta de yogurt Sémola con leche Jalea diet Variedad de fruta natural	Croquetas de garbanzo con salsa de albahaca tomate Cremé Manzana asada Jalea diet Variedad de fruta natural	Macarrones con queso Natilla de cheesecake Pie de manzana Jalea diet Variedad de fruta natural	Albódigas de soya a la húngara Profiteroles con crema pastelera Leche asada Jalea diet Variedad de fruta natural
Postres					

MINUTA DESAYUNO - ONCE

mediterránea

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes 1
Porción líquida					Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada
Sándwich desayuno					Hallulla Pasta de ave pimentón
Sándwich once					As pollo queso Sachet aderezos Ens. Fruta
	Lunes 4	Martes 5	Miércoles 6	Jueves 7	Viernes 8
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	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 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15
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 Hamburguesa queso Sachet aderezos	Hallulla Huevo revuelto	Frica Pasta de ave mayonesa	Marraqueta Queso Palta	
Sándwich once	Hallulla Pasta de ave palta natural Ens. Fruta	Marraqueta Aliado Mantequilla Colegial	Hallulla Huevo revuelto con jamón Yogurt + cereal	Frica Pasta de ave pimentón Barra de proteína	
	Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
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 Lomito palta Sachet aderezos	Frica Pasta de ave mayonesa	Hallulla Tomate Palta	Marraqueta Pasta de huevo	Hallulla Aliado Mantequilla
Sándwich once	Marraqueta Queso Tomate Barra de proteína	Hallulla Huevo revuelto queso Yogurt + cereal	Frica Pasta de ave pimentón Queque casero	Marraqueta Jamón de pollo Palta Yogurt + fruta	Pizza napolitana Ens. fruta
	Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29
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
Sándwich once	Hallulla Pasta de huevo Brownie	Marraqueta Queso Tomate Ens. Fruta	Hallulla Pasta de ave mayonesa Yogurt + cereal	Marraqueta Queso Palta Barra de proteína	As italiano Sachet aderezos Yogurt + fruta

MINUTA COLACION TRANSPORTABLE

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes 1
Porción líquida Sándwich casero Fruta natural Barra de cereal o yogurt					Jugo en caja 200 cc Ave palta tomate 1 fruta natural Barra de cereal
	Lunes 4	Martes 5	Miércoles 6	Jueves 7	Viernes 8
Porción líquida Sándwich casero Fruta natural Barra de cereal o yogurt	Jugo en caja 200 cc Churrasco chacarero 1 fruta natural Yogurt individual 120 cc	Jugo en caja 200 cc Pollo cebolla caramelizada palta 1 fruta natural Barra de cereal	Jugo en caja 200 cc Ave chacarero 1 fruta natural Yogurt individual 120 cc	Jugo en caja 200 cc Churrasco queso 1 fruta natural Barra de cereal	Jugo en caja 200 cc Churrasco queso 1 fruta natural Yogurt individual 120 cc
	Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15
Porción líquida Sándwich casero Fruta natural Barra de cereal o yogurt	Jugo en caja 200 cc Pollo cebolla caramelizada palta 1 fruta natural Barra de cereal	Jugo en caja 200 cc Ave chacarero 1 fruta natural Yogurt individual 120 cc	Jugo en caja 200 cc Churrasco porotos verdes aros de cebolla 1 fruta natural Yogurt individual 120 cc	Jugo en caja 200 cc Lomito tomate palta 1 fruta natural Yogurt individual 120 cc	FERIADO
	Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
Porción líquida Sándwich casero Fruta natural Barra de cereal o yogurt	Jugo en caja 200 cc Churrasco queso tomate 1 fruta natural Yogurt individual 120 cc	Jugo en caja 200 cc Ave lechuga champiñón 1 fruta natural Barra de cereal	Jugo en caja 200 cc Lomito queso palta 1 fruta natural Yogurt individual 120 cc	Jugo en caja 200 cc Churrasco porotos verdes queso 1 fruta natural Barra de cereal	Jugo en caja 200 cc Ave palta tomate 1 fruta natural Yogurt individual 120 cc
	Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29
Porción líquida Sándwich casero Fruta natural Barra de cereal o yogurt	Jugo en caja 200 cc Churrasco chacarero 1 fruta natural Yogurt individual 120 cc	Jugo en caja 200 cc Pollo cebolla caramelizada palta 1 fruta natural Barra de cereal	Jugo en caja 200 cc Ave chacarero 1 fruta natural Yogurt individual 120 cc	Jugo en caja 200 cc Churrasco queso 1 fruta natural Barra de cereal	Jugo en caja 200 cc Lomito tomate palta 1 fruta natural Yogurt individual 120 cc