

Noviembre
2025

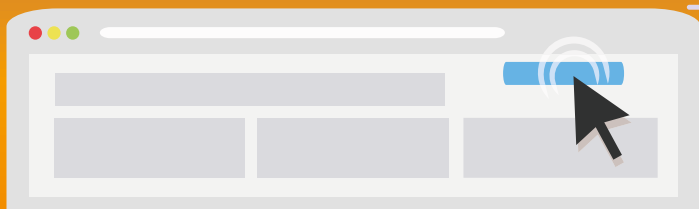


Lycée Antoine de Saint-Exupéry
Corporación Educacional Alianza Francesa-Santiago

Minuta Almuerzo

Adquiere tus tickets en:

mediterranea-educa.cl



¿Tienes dudas o consultas?

Contáctanos a nuestra línea
de atención:

Correo:
soporte.educa@mediterranea-group.cl

Teléfono:
+56 964251282

**(horario de lunes a viernes de 9h a 16h)*

¡Síguenos en nuestras redes!

 [mediterranea_chile](#)

 [Mediterránea Chile](#)

 www.mediterranea-group.cl



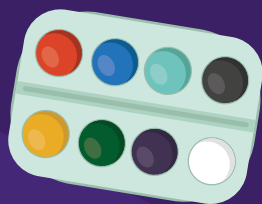
Valor ticket
4.350

¿Olvidaste comprar el ticket?

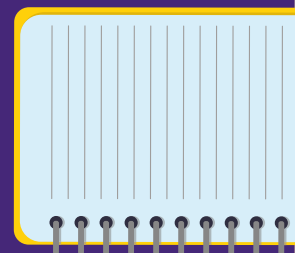
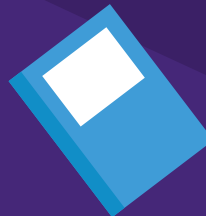
Recuerda que esto genera demoras y reduce
tu tiempo de almuerzo. Debes esperar el
depósito de tu apoderado para retirar la
bandeja.

**Solución: Llama a tu apoderado y compra
el ticket en la web lo antes posible.**

Te recomendamos revisar tu cuenta con
anticipación para evitar bloqueos.



mediterránea



mediterránea



mediterránea

	Lunes03	Martes04	Miércoles05	Jueves06	Viernes07
SALAD BAR	Lechuga costina Apio Tomate Repollo morado	Lechuga escarola Betarraga Choclo Porotos verdes	Lechugas mixtas Zanahoria Coliflor Repollo morado	Lechuga con espinacas Brócoli Tomate Cochayuyo con salsa verde	Lechuga escarola Zanahoria con pasas Pebre de lentejas Pepino
PLATO DE FONDO	Pechuga de pollo al jugo Carne al horno	Albódigas de vacuno Lasaña de jamón y verduras	Goulash de vacuno Lomo de cerdo a las finas hierbas Quífaros Acelgas a la crema	Cubos de pollo en su salsa Porotos con tallarines y churrasco de cerdo Arroz graneado	Croquetas de atún Hamburg. vacuno atomatada
ACOMPAÑAMIENTO	Pastelera de choclo Arroz con pimentón	Puré de papas y zapallo camote			Chapsui de verduras Papas asadas
VEGETARIANO	Hamburguesa de quinoa	Lasaña con carne de soya y verduras	Goulash de carne de soya	Porotos guisados con tallarines	Omelette de tomate queso
POSTRES	Cremé Helado palito Jalea diet Variedad de fruta natural	Tartaleta de frutas Mosaico de gelatina Jalea diet Variedad de fruta natural	Sémola con leche Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural	Leche asada Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Empolvados Ensalada de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural
SALAD BAR	Lechuga escarola Zanahoria Tomate Repollo	Lechugas mixtas Cebolla asada al orégano Betarraga Choclo	Lechuga costina Repollo morado Ensalada chilena Pepino	Lechuga escarola Pebre de mote Zanahoria cubo con ciboulette Betarraga	Lechugas mixtas Apio Mix 4 colores Tomate
PLATO DE FONDO	Tomaticán de vacuno Lomito de merluza austral apanada	Salsa boloñesa Lentejas guisadas con arroz y huevo Mostaccioli	Pechuga de pollo con salsa de champiñones Pizza napolitana Arroz exótico Papas bastón al horno	Pastel de papas Cerdo caramelizado	Ají de gallina Cazuela de vacuno
ACOMPAÑAMIENTO	Papas doradas Verduras asadas			Espirales con verduras salteadas	Arroz perla
VEGETARIANO	Tomaticán de carne de soya	Lentejas guisadas con arroz	Pizza vegetariana	Pastel de papas con pino de soya	Fritatta de espinaca y zapallo italiano
POSTRES	Flan de leche Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Suspiro limeño Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural	Pastel vasco Ilusión Jalea diet Variedad de fruta natural	Natilla Ensalada de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Volteado de manzana Leche nevada Jalea diet Variedad de fruta natural
SALAD BAR	Lechugas mixtas Tomate Apio con choclo Pepino	Lechuga escarola Mix 4 colores Zanahoria Repollo morado	Lechugas mixtas Porotos verdes Betarraga Ensalada chilena	Lechuga costina Repollo morado Zanahoria Betarraga Pepino	Lechuga escarola Tomate Betarraga Ceviche de mote
PLATO DE FONDO	Filetes de pollo crispy Omelette de jamón de pavo queso	Vacuno mechado Lomito de reineta apanada	Salsa italiana Garbanzos guisados y filetes de pollo Quífaros	Paella a la valenciana Croquetas c/salsa bechamel	Pastel de choclo Dados de pollo en su salsa
ACOMPAÑAMIENTO	Arroz al perejil Panaché de verduras	Puré de papas Cous cous c/pimientos asados		Papas salteadas	Tallarines al ciboulette
VEGETARIANO	Omelette de palmitos queso	Salteado de verduras con quinoa	Garbanzos guisados	Paella de verduras	Pastel de choclo con pino de soya
POSTRES	Mousse Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Ensalada de fruta Sémola con leche Jalea diet Variedad de fruta natural	Flan de leche Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural	Torrijas con salsa de frambuesa Crema catalana Jalea diet Variedad de fruta natural	Kuchen de miga Helado palito Jalea diet Variedad de fruta natural
SALAD BAR	Lechuga escarola Repollo morado Tomate Pepino	Lechugas mixtas Apio Mix 4 colores Zanahoria	Lechuga costina Mix de repollo Brócoli Betarraga	Lechuga escarola Tomate Ensalada bretona Pepino	Lechugas mixtas Betarraga con arvejas Porotos verdes Zanahoria
PLATO DE FONDO	Lomo de cerdo al jugo Hamburguesa de vacuno con queso	Pechuga de pollo al limón Croquetas de reineta	Fricasé de vacuno Tortilla de porotos verdes	Asado alemán Porotos granados con mazamorra y churrasco de cerdo	Pollo arvejado As dinámico:
ACOMPAÑAMIENTO	Puré de papas lyonesa Chaufa de quinoa	Espirales Charquicán de verduras	Arroz con fideos cabello	Espirales atomatados	palta, tomate, mayo, salsa verde
VEGETARIANO	Hamburguesa de soya con queso	Omelette de champiñón pimentón	Fricasé con huevo	Porotos granados con mazamorra	Arroz con zanahoria Papas bastón al horno
POSTRES	Cremé Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Profiteroles con crema pastelera Ensalada de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Helado palito Bavaroise Jalea diet Variedad de fruta natural	Brazo de reina Panacota con salsa Jalea diet Variedad de fruta natural	Maicena con leche y jalea Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural





mediterránea

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	03	04	05	06	07
SALAD BAR	Lechuga costina Apio Tomate Repollo morado	Lechuga escarola Betarraga Choclo Porotos verdes	Lechugas mixtas Zanahoria Coliflor Repollo morado	Lechuga con espinacas Brócoli Tomate Cochayuyo con salsa verde	Lechuga escarola Zanahoria con pasas Pebre de lentejas Pepino
PLATO DE FONDO	Pechuga de pollo al jugo	Albódigas de vacuno	Lomo de cerdo a las finas hierbas	Cubos de pollo en su salsa	Croquetas de atún
ACOMPAÑAMIENTO	Pastelera de choclo o arroz con pimentones	Puré de papas y zapallo camote	Quífaros	Arroz graneado	Papas y chapsui de verduras
POSTRES	Cremé Helado palito Variedad de fruta natural	Tartaleta de frutas Mosaico de gelatina Variedad de fruta natural	Sémola con leche Macedonia Variedad de fruta natural	Leche asada Compota de fruta Variedad de fruta natural	Empolvados Ensalada de fruta Variedad de fruta natural
	10	11	12	13	14
SALAD BAR	Lechuga escarola Zanahoria Tomate Repollo	Lechugas mixtas Cebolla asada al orégano Betarraga Choclo	Lechuga costina Repollo morado Ensalada chilena Pepino	Lechuga escarola Pebre de mote Zanahoria cubo con ciboulette Betarraga	Lechugas mixtas Apio Mix 4 colores Tomate
PLATO DE FONDO	Tomaticán de vacuno	Lentejas guisadas con arroz y huevo	Pizza napolitana	Cerdo caramelizado	Aji de gallina
ACOMPAÑAMIENTO	Papas y verduras asadas	*	Papas bastón al horno	Espirales con verduras salteadas	Arroz perla
POSTRES	Flan de leche Compota de fruta Variedad de fruta natural	Suspiro limeño Macedonia Variedad de fruta natural	Pastel vasco Ilusión Variedad de fruta natural	Natilla Ensalada de fruta Variedad de fruta natural	Volteado de manzana Leche nevada Variedad de fruta natural
	17	18	19	20	21
SALAD BAR	Lechugas mixtas Tomate Apio con choclo Pepino	Lechuga escarola Mix 4 colores Zanahoria Repollo morado	Lechugas mixtas Porotos verdes Betarraga Ensalada chilena	Lechuga costina Repollo morado Zanahoria Pepino	Lechuga escarola Tomate Betarraga Ceviche de mote
PLATO DE FONDO	Filetes de pollo crispy	Lomito de reineta apanado	Salsa italiana	Croquetas c/salsa bechamel	Dados de pollo en su salsa
ACOMPAÑAMIENTO	Arroz al perejil	Puré de papas	Quífaros	Papas salteadas	Coditos
POSTRES	Mousse Compota de fruta Variedad de fruta natural	Ensalada de fruta Sémola con leche Variedad de fruta natural	Flan de leche Macedonia Variedad de fruta natural	Torrijas con salsa de frambuesa Crema catalana Variedad de fruta natural	Kuchen de miga Helado palito Variedad de fruta natural
	24	25	26	27	28
SALAD BAR	Lechuga escarola Repollo morado Tomate Pepino	Lechugas mixtas Apio Mix 4 colores Zanahoria	Lechuga costina Mix de repollo Brócoli Betarraga	Lechuga escarola Tomate Ensalada bretona Pepino	Lechugas mixtas Betarraga con arvejas Porotos verdes Zanahoria
PLATO DE FONDO	Lomo de cerdo al jugo	Pechuga de pollo al limón	Tortilla de porotos verdes	Porotos granados con mazamorra y churrasco de cerdo	As dinámico: palta, tomate, mayo, salsa verde (opcional)
ACOMPAÑAMIENTO	Puré de papas	Charquicán de verduras o espirales	Arroz con fideos cabello	*	Papas bastón al horno
POSTRES	Cremé Compota de fruta Variedad de fruta natural	Profiteroles con crema pastelera Ensalada de fruta Variedad de fruta natural	Helado palito Bavaroise Variedad de fruta natural	Brazo de reina Panacota con salsa Variedad de fruta natural	Maicena con leche y jalea Macedonia Variedad de fruta natural





mediterránea

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	03	04	05	06	07
SALAD BAR	Lechuga costina Apio	Betarraga Choclo	Coliflor Zanahoria	Lechuga Tomate	Choclo Pepino
PLATO DE FONDO	Pechuga de pollo al jugo	Albódigas de vacuno	Lomo de cerdo a las finas hierbas	Porotos guisados con tallarines	Croquetas de atún
ACOMPAÑAMIENTO	Arroz con pimentones	Puré de papas y zapallo camote	Quífaros	*	Papas y chapsui de verduras
POSTRES	Yogurt	Mosaico de gelatina	Macedonia	Compota de fruta	Variedad de fruta natural
	10	11	12	13	14
SALAD BAR	Zanahoria Tomate	Betarraga Lechuga	Tomate Pepino	Lechuga escarola Zanahoria	Apio Mix 4 colores
PLATO DE FONDO	Tomacacán de vacuno	Lentejas guisadas con arroz	Pechuga de pollo a la plancha	Cerdo caramelizado	Aji de gallina
ACOMPAÑAMIENTO	Papas y verduras asadas	*	Papas bastón al horno	Espirales con verduras salteadas	Arroz perla
POSTRES	Compota de fruta	Macedonia	Jalea con yogurt	Variedad de fruta natural	Yogurt
	17	18	19	20	21
SALAD BAR	Pepino Choclo	Mix 4 colores Zanahoria	Tomate Porotos verdes	Zanahoria Lechuga costina	Lechuga Tomate
PLATO DE FONDO	Filetes de pollo crispy	Lomito de reineta apanado	Salsa italiana	Croquetas c/salsa bechamel	Dados de pollo en su salsa
ACOMPAÑAMIENTO	Arroz al perejil	Puré de papas	Quífaros	Papas salteadas	Coditos
POSTRES	Compota de fruta	Yogurt	Macedonia	Jalea con fruta	Variedad de fruta natural
	24	25	26	27	28
SALAD BAR	Tomate Pepino	Zanahoria Apio	Lechuga costina Brócoli	Pepino Tomate	Lechugas mixtas Betarraga
PLATO DE FONDO	Lomo de cerdo al jugo	Pechuga de pollo al limón	Tortilla de porotos verdes	Porotos granados con mazamorra	Churrascode vacuno
ACOMPAÑAMIENTO	Puré de papas	Espirales	Arroz con fideos cabello	*	Papas bastón al horno
POSTRES	Compota de fruta	Variedad de fruta natural	Yogurt	Jalea con fruta	Macedonia



Temporada de **Colores** mediterránea

La primavera llegó con todo su color, ¡y también a tu plato!

Cada color tiene un poder distinto...
y juntos hacen que comer sea una verdadera fiesta.



VERDE
FUERZA
ENERGÍA

MORADO
CONCENTRACIÓN
MEMORIA

Rojo
PROTECCIÓN
VITALIDAD

NARANJO
DEFENSAS
VISIÓN

BLANCO
EQUILIBRIO
BIENESTAR

**¡SELECCIONALOS TODOS
Y GANA TODOS LOS PODERES!**

**CADA COLOR ES UN PODER, ¡Y
TODOS JUNTOS TE HACEN INVENCIBLE!**

COME COLORES, SIENTE EL PODER DE LA NATURALEZA.



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

MENÚ ESPECIAL
4 DE NOVIEMBRE

mediterránea