

2026

Abril

MINUTA

ALMUERZO



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

¿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



mediterránea

Food Services Facilities services

MINUTA ALMUERZO

mediterránea

	Lunes 30	Martes 31	Miércoles 1	Jueves 2	Viernes 3
Sopa			Sopa de carne con fideos	Crema de champiñones	FERIADO
Salad bar			Lechuga costina Repollo morado Zanahoria Pepino	Lechuga Betarraga cubo Apio Cebolla con cilantro	
Salsa			Limoneta con perejil Salsa golf	Limoneta con eneldo Salsa yogurt ciboulette	
Plato de fondo			Merluza al horno con tomate y cebolla Pechuga de pollo arvejada	Hamburguesa de vacuno casera Cerdo al romero	
Acompañamiento			Papas doradas Bouquetier de verduras	Arroz graneado Cous cous primavera	
Hipocalórico			Empanada de verduras con ensalada de apio arvejas zanahoria	Ensalada César	
Vegetariano			Escalopa de queso Panacota	Tortilla de acelga zanahoria Queque de zanahoria	
Postres			Compota mixta Jalea diet Variedad de fruta natural	Bavarois Jalea diet Variedad de fruta natural	

Vitamina complejo B - Magnesio

	Lunes 6	Martes 7	Miércoles 8	Jueves 9	Viernes 10
Sopa	Crema de pollo	Consomé de ave al huevo	Sopa de carne con fideos	Crema de verduras	Sopa de pollo con sémola
Salad bar	Lechuga Mix de repollo Zanahoria Pepino	Mix de lechugas Brócoli Mix 4 colores Tomate	Lechuga costina Cebolla con cilantro Apio Betarraga	Lechuga Brócoli Espinaca con zanahoria Tomate	Mix de lechugas Porotos verdes Pepino Ensalada chilena
Salsa	Limoneta con perejil Salsa yogurt orégano	Limoneta con eneldo Pebre	Limoneta con pimienta Salsa yogurt comino	Limoneta con cilantro Salsa yogurt cúrcuma	Vinagreta Ketchup
Plato de fondo	Vacuno mechado Merluza apanada	Cerdo a las finas hierbas Lasaña boloñesa	Estofado de vacuno Pechuga de pollo a la jardinera	Chapsui de pollo Hamburguesa de garbanzos	Pastel de choclo Salsa Alfredo
Acompañamiento	Arroz árabe Verduras salteadas	Puré de papas al perejil	Espirales	Arroz graneado Guiso de quínoa	Coditos
Hipocalórico	Ensalada griega (quesillo)	Ensalada César con atún	Ensalada campesina (huevo)	Pechuga de pollo grillé con ensalada de apio, zanahoria, espinaca	Ensalada Nicoise (atún - huevo)
Vegetariano	Budín de verduras Flan de leche	Lasaña boloñesa con pino de soya Leche asada	Estofado de carne de soya Kuchen de miga	Hamburguesa de garbanzos Chandelle	Pastel de choclo vegetariano Pie de naranja
Postres	Helado palito Jalea diet Variedad de fruta natural	Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural	Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Ensalada de frutas Jalea diet Variedad de fruta natural	Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural

	Lunes 13	Martes 14	Miércoles 15	Jueves 16	Viernes 17
Sopa	Crema de verduras	Sopa de ave con sémola	Crema de zapallo	Consomé de vacuno con cilantro	Crema de pollo
Salad bar	Lechuga costina Tomate Apio Repollo morado	Lechuga escarola Betarraga Ens. de garbanzos cebolla morada y pimiento rojo Zanahoria	Mix de lechugas Espinaca Ensalada chilena Pepino	Lechuga escarola Brócoli Mix 4 colores Cochayuyo con salsa verde	Lechuga Pebre de mote Tomate Repollo con cilantro
Salsa	Vinagreta Salsa yogurt romero	Limoneta con eneldo Pebre	Limoneta con pimienta Salsa yogurt comino	Limoneta con cilantro Salsa yogurt curry	Limoneta con perejil Ketchup
Plato de fondo	Pechuga de pollo al curry Lomo de cerdo al orégano	Vacuno a la cacerola Croqueta de atún	Salsa boloñesa Lentejas guisadas con quínoa y filetitos de pollo	Tomatacán de vacuno Omelette de champiñón pimentón queso	Hamburguesa de vacuno casera Trutro de pollo asado
Acompañamiento	Spaghetti Puré de papas lyonesa	Arroz graneado Verduras salteadas	Espirales	Arroz exótico Papas doradas	Papas bastón al horno Pastelera de choclo
Hipocalórico	Filetes de pollo a la plancha con ensalada de zanahoria, betarraga, choclo	Ensalada César	Tortilla de atún con ensalada de porotos verdes, betarraga, apio	Wraps de pollo y guacamole con ensalada de pepino, arvejas, zanahoria	Ensalada mediterránea (queso fresco)
Vegetariano	Croqueta de quínoa	Frittata de espinaca zapallo italiano	Lentejas guisadas con quínoa	Omelette de champiñón pimentón queso	Hamburguesa de porotos negros
Postres	Helado palito Cremé Jalea diet Variedad de fruta natural	Torta de yogurt Ensalada de frutas Jalea diet Variedad de fruta natural	Leche nevada Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural	Flan de leche Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Queque mármol Ensalada de frutas Jalea diet Variedad de fruta natural

Sabores del mundo: EE.UU

	Lunes 20	Martes 21	Miércoles 22	Jueves 23	Viernes 24
Sopa	Sopa de carne con fideos	Crema de pollo	Sopa de pollo con arroz	Crema de espárragos	Consomé de vacuno al huevo
Salad bar	Lechuga Tomate Zanahoria Pepino	Mix de lechugas Betarraga Choclo Cebolla asada al orégano	Lechuga Coleslaw Apio Mix 4 colores	Lechuga costina Tomate Pepino Zanahoria	Mix de lechugas Repollo con cilantro Betarraga Porotos verdes
Salsa	Vinagreta Salsa de yogurt cilantro	Limoneta con perejil Salsa de yogurt romero	Limoneta con eneldo Ketchup	Limoneta con pimienta Salsa yogurt perejil	Limoneta con cilantro Pebre
Plato de fondo	Goulash de pollo Omelette de choclo jamón pimentón	Asado alemán Porotos con tallarines y churrasco de vacuno	Chuleta de cerdo con salsa barbecue Sándwich de hamburguesa queso	Pechuga de pollo con salsa a las finas hierbas Pastel de choclo	Vacuno mongoliano Merluza apanada
Acompañamiento	Puré de papas Cous cous con verduras	Arroz al curry	Papas bastón al horno Verduras salteadas	Spaghetti a la oliva	Arroz graneado Budín de acelga choclo
Hipocalórico	Ensalada César con atún	Omelette de zanahoria queso con ensalada de espinaca, apio, tomate	Hamburguesa de vacuno con ensalada de arvejas, betarraga, pepino	Quiche de espinaca y choclo con ensalada de tomate, repollo morado, porotos verdes	Ensalada del chef (huevo - vacuno)
Vegetariano	Omelette de choclo espinaca Mousse	Porotos con tallarines Suspiro limeño	Macarrones con queso Brownie	Pastel de choclo con pino de soya Crema catalana	Hamburguesa de lentejas Torta casera
Postres	Ensalada de frutas Jalea diet Variedad de fruta natural	Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural	Crema de plátano Jalea diet Variedad de fruta natural	Helado palito Jalea diet Variedad de fruta natural	Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural

MINUTA DESAYUNO - ONCE

mediterránea

	Lunes 30	Martes 31	Miércoles 1	Jueves 2	Viernes 3
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
Sándwich desayuno			Frica Pasta de ave mayonesa	Hallulla Aliado Mantequilla	
Sándwich once			Marraqueta Huevo revuelto con jamón Yogurt con cereal	Frica Pasta de ave pimentón Barra de proteína	
	Lunes 6	Martes 7	Miércoles 8	Jueves 9	Viernes 10
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 Huevo revuelto	Hallulla Aliado Mantequilla
Sándwich once	Hallulla Queso Mantequilla Barra de proteína	Marraqueta Huevo revuelto con queso Yogurt con cereal	Frica Pasta de ave pimentón Queque casero	Marraqueta Jamón de pollo Palta Yogurt con fruta	Pizza napolitana Ensalada de fruta
	Lunes 13	Martes 14	Miércoles 15	Jueves 16	Viernes 17
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	Marraqueta Huevo revuelto	Hallulla Aliado Mantequilla	Hallulla Jamón de pollo Palta
Sándwich once	Marraqueta Jamón de pollo Mantequilla Brownie	Marraqueta Queso Tomate Ensalada de fruta	Frica Pasta de ave mayonesa Yogurt con cereal	Marraqueta Queso Palta Barra de proteína	As italiano Sachet aderezos Yogurt con fruta
	Lunes 20	Martes 21	Miércoles 22	Jueves 23	Viernes 24
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	Marraqueta Aliado Mantequilla	Hallulla Huevo revuelto con tomate	Marraqueta Queso Palta
Sándwich once	Hallulla Queso Tomate Barra de proteína	Marraqueta Huevo revuelto Yogurt con fruta	Frica Pasta de ave pimentón Colegial	Hallulla Jamón de pollo Mantequilla Ensalada de fruta	Pizza napolitana Yogurt con cereal