

2026

Junio

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

Sabores del mundo: Suecia

	Lunes 1	Martes 2	Miércoles 3	Jueves 4	Viernes 5
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 Pepino Ceviche de mote	Lechugas mixtas Porotos verdes Repollo morado Apio con choclo	Lechuga costina Betarraga Zanahoria Ensalada chilena	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 Cerdo arvejado	Pechuga de pollo al jugo Carbonada de vacuno	Pescado con salsa de mostaza y eneldo Albóndigas con salsa de crema	Salsa boloñesa Lentejas guisadas con quínoa y filetes de pollo	Omelette de jamón queso tomate Cubos de pollo teriyaki
Acompañamiento	Chaufa de quínoa Papas doradas	Arroz graneado	Puré de papas Verduras salteadas	Coditos	Arroz primavera Bouquetier de verduras
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	Tortilla de porotos verdes Mousse	Carbonada de carne de soja Brazo de reina	Albóndigas de soja con salsa de crema Pastel húmedo de chocolate	Lentejas guisadas con quínoa Helado palito	Omelette de queso tomate orégano Sémola con leche
Postres	Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural	Leche nevada Jalea diet Variedad de fruta natural	Ensalada de frutas Jalea diet Variedad de fruta natural	Chandelle casero Jalea diet Variedad de fruta natural	Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural

Vitamina D - Calcio

	Lunes 8	Martes 9	Miércoles 10	Jueves 11	Viernes 12
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 Pepino	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 Limoneta con orégano
Plato de fondo	Merluza con costra de perejil Strogonoff de vacuno	Croqueta de vacuno Cazuela de pollo	Goulash de pollo Porotos guisados con tallarines y churrasco de vacuno	Vacuno con salsa a las finas hierbas Cerdo caramelizado	Dados de pollo con verduras salteadas Asado alemán
Acompañamiento	Arroz graneado Ratatouille	Mostacciolis atomatados	Papas al horno	Arroz con pimentón Budín de verduras	Puré de papas Espirales a la oliva
Hipocalórico	Ensalada griega (quesillo)	Ensalada César	Ensalada Nicoise (atún - huevo)	Pechuga de pollo grillé con ensalada de apio zanahoria espinaca	Ensalada campesina (huevo)
Vegetariano	Strogonoff de carne de soja	Croqueta de quínoa	Porotos guisados con tallarines	Guiso de quínoa con verduras	Tortilla de champiñón, pimentón y queso
Postres	Flan de leche Ensalada de frutas Jalea diet Variedad de fruta natural	Empolvado Bavarois Jalea diet Variedad de fruta natural	Suspiro limeño Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Leche asada Ensalada de frutas Jalea diet Variedad de fruta natural	Pastel vasco Crema rusa Jalea diet Variedad de fruta natural

	Lunes 15	Martes 16	Miércoles 17	Jueves 18	Viernes 19
Sopa	Sopa de pollo con verduras	Crema de zapallo	Sopa de carne con fideos	Crema de espárragos	Consomé de vacuno al huevo
Salad bar	Lechuga escarola Brócoli Zanahoria Betarraga	Lechugas mixtas Repollo morado Tomate Apio	Lechuga escarola Ensalada bretona Choclo con cilantro Mix 4 colores	Lechuga costina Betarraga Pepino Zanahoria	Lechugas mixtas Mix de repollo Ensalada chacarera Primavera
Salsa	Limoneta con ciboulette Pebre	Limoneta Salsa de yogurt orégano	Limoneta con eneldo Pebre	Limoneta con pimienta Salsa yogurt perejil	Ketchup Pebre
Plato de fondo	Vacuno con salsa de estragón Salsa bontoux	Hamburguesa de vacuno Lentejas guisadas con churrasco de cerdo	Vacuno al chimichurri Charquicán de verduras con huevo	Pollo crispy Lomo de cerdo al romero	Lasaña boloñesa Tortilla de choclo porotos verdes
Acompañamiento	Quífaros Gratín de verduras	Puré de papas	Arroz árabe	Papas bastón al horno Cous cous con verduras salteadas	Arroz graneado
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	Ensalada Nicoise (atún - huevo)
Vegetariano	Salsa de champiñones queso Cremé	Lentejas guisadas Leche nevada	Charquicán de verduras con huevo Torta de chocolate	Omelette de queso tomate Kuchen de miga	Lasaña boloñesa de carne de soja Panacota con salsa
Postres	Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural	Helado palito Jalea diet Variedad de fruta natural	Yogurt con fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Natilla Jalea diet Variedad de fruta natural	Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural

	Lunes 22	Martes 23	Miércoles 24	Jueves 25	Viernes 26
Sopa	Sopa de carne con fideos	Crema de lentejas	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 Zanahoria	Lechugas mixtas Porotos verdes Pepino Tomate
Salsa	Salsa yogurt romero Pebre	Limoneta con albahaca Salsa yogurt ciboulette	Limoneta Salsa yogurt comino	Limoneta con cilantro Salsa yogurt curry	Limoneta con perejil Kétchup
Plato de fondo	Trutro de pollo asado Cerdo al orégano	Merluza apanada Pastel de papas	Lasaña de pollo con verduras Guiso de carne con acelga	Dados de vacuno al jugo Porotos guisados con tallarines y filetes de pollo	Sándwich de lomito de cerdo italiano Vacuno al pomodoro
Acompañamiento	Arroz con zanahoria Pastelera de choclo	Cous cous con verduras salteadas	Papas doradas	Arroz graneado	Corbatitas Papas bastón al horno
Hipocalórico	Ensalada Nicoise (atún - huevo)	Ensalada griega (quesillo)	Ensalada César	Wraps de pollo y lechuga con salsa de guacamole	Ensalada mediterránea (queso fresco)
Vegetariano	Estofado de carne de soja	Pastel de papas con pino de soja	Guiso de carne de soja con acelga	Porotos guisados con tallarines	Sándwich de hamburguesa de soja italiana
Postres	Suspiro limeño Ensalada de frutas Jalea diet Variedad de fruta natural	Chandelle casero Compota mixta Jalea diet Variedad de fruta natural	Pie de naranja Mousse Jalea diet Variedad de fruta natural	Crema catalana Helado palito Jalea diet Variedad de fruta natural	Leche asada Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural

	Lunes 29	Martes 30	Miércoles	Jueves	Viernes
Sopa	FERIADO	Sopa de ave con fideos			
Salad bar		Lechuga escarola Betarraga Tomate Apio			
Salsa		Limoneta con albahaca Salsa yogurt ciboulette			
Plato de fondo		Omelette de cebolla choclo tomate pimiento Hamburguesa de vacuno			
Acompañamiento		Arroz graneado Puré de papas verde			
Hipocalórico		Ensalada César			
Vegetariano		Hamburguesa de soja Mousse			
Postres		Ensalada de frutas Jalea diet Variedad de fruta natural			

MINUTA DESAYUNO - ONCE

	Lunes 1	Martes 2	Miércoles 3	Jueves 4	Viernes 5
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 Queso Tomate	Hallulla Huevo revuelto	Marraqueta Queso Palta
Sándwich once	Hallulla Aliado Mantequilla 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
	Lunes 8	Martes 9	Miércoles 10	Jueves 11	Viernes 12
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 pollo Palta	Marraqueta Huevo revuelto	Frica Pasta de ave pimentón
Sándwich once	Frica Pasta de ave mayonesa Yogurt con fruta	Marraqueta Huevo revuelto con jamón de ave Queque casero	Marraqueta Aliado Mantequilla Barra proteica	Hallulla Tomate Palta Yogurt con cereal	As pollo queso Sachet aderezos Ensalada de fruta
	Lunes 15	Martes 16	Miércoles 17	Jueves 18	Viernes 19
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 con tomate	Marraqueta Jamón de pollo Palta	Marraqueta Aliado Mantequilla	Frica Pasta de ave mayonesa
Sándwich once	Hallulla Aliado Mantequilla Yogurt con cereal	Marraqueta Pasta de ave palta Yogurt con fruta	Hallulla Queso Tomate Brownie	Marraqueta Huevo revuelto Ensalada de fruta	Pizza napolitana Barra de proteína
	Lunes 22	Martes 23	Miércoles 24	Jueves 25	Viernes 26
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	Marraqueta Huevo revuelto	Frica Pasta de ave mayonesa	Hallulla Aliado Mantequilla	Hallulla Jamón de pollo Palta
Sándwich once	Marraqueta Pasta de ave palta Ensalada de fruta	Hallulla Queso Tomate Colegial	Marraqueta Huevo revuelto con jamón Yogurt con cereal	Frica Pasta de ave pimentón Barra de proteína	As italiano Sachet aderezos Yogurt con fruta
	Lunes 29	Martes 30	Miércoles	Jueves	Viernes
Porción líquida	FERIADO	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada			
Sándwich desayuno		Frica Pasta de ave mayonesa			
Sándwich once		Marraqueta Huevo revuelto con queso Yogurt con cereal			