



mediterránea



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

MENÚ

OCTUBRE 2026

¿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



MINUTA ALMUERZO

mediterränes

mediterránea		MINUTA ALMUERZO FUNCIONARIOS COLEGIO ALIANZA FRANCESA				
OCTUBRE 2026						
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves 1	Viernes 2	
Sopa				Crema de espárragos	Sopa de pollo con arroz	
Salad bar				Lechuga	Lechuga	
				Pebre de mote	Apio	
				Zanahoria cubo	Choclo con arvejas	
				Betarraga	Tomate	
Salsas				Limoneta con pimienta	Limoneta con albahaca	
Plato de fondo				Salsa yogurt perejil	Salsa de yogurt orégano	
				Asado alemán con salsa bourguignon	Vacuno con cebolla frita	
Acompañamiento				Cerdo al romero	Salsa Alfredo	
				Puré de papas con coulis de cilantro	Spaghetti a la oliva	
				Ratatouille	Charquicán de verduras	
Hipocalórico				Pascualina con ensalada de pepino, tomate, coliflor	Ensalada César	
Vegetariano				Asado alemán de soya con salsa bourguignon	Charquicán de verduras con huevo	
Postres	Colegial	Yogurt con fruta				
	Chandelle	Compota de fruta				
	Jalea diet	Jalea diet				
	Variedad de fruta natural	Variedad de fruta natural				
Complemento servicio: Pan, sal, aceite maravilla y limón sucedáneo, jugo pulpa de fruta, en granel café, té, agua de hierbas, azúcar o endulzante.						
					Sabores del mundo: España	
	Lunes 5	Martes 6	Miércoles 7	Jueves 8	Viernes 9	
Sopa	Crema de pollo	Sopa de carne con verduras	Crema de champiñones	Consomé de ave	Crema de choclo	
Salad bar	Lechuga	Lechuga	Lechuga	Lechuga	Lechuga	
	Zanahoria	Mix 4 colores	Tomate	Porotos verdes	Repollo blanco	
	Apio	Ensalada chilena	Betarraga	Zanahoria	Betarraga	
	Pepino	Repollo morado	Apio	Pepino	Ceviche de mote	
Salsas	Limoneta al eneldo	Limoneta con albahaca	Limoneta	Limoneta con cilantro	Vinagreta	
	Salsa golf	Salsa yogurt orégano	Salsa yogurt comino	Salsa yogurt cúrcuma	Salsa yogurt ciboulette	
Plato de fondo	Hamburguesa de vacuno con salsa BBQ (opcional)	Juliana de pollo en su salsa	Cerdo acaramelado	Strogonoff de vacuno	Albóndigas a la vizcaína	
	Varitas de merluza apanada	Lentejas guisadas con churrasco de vacuno	Trutro de pollo asado	Omelette de jamón queso	Paella	
Acompañamiento	Arroz piamontesa	Corbatitas al perejil	Puré de papas	Quífaros a la oliva	Papas doradas	
	Verduras asadas		Cous cous con verduras salteadas	Chaufa de quínoa		
Hipocalórico	Ensalada campesina (huevo)	Fajitas de atún con ensalada de acelga, choclo, zanahoria	Quesillo con ensaladas mixtas	Hamburguesa de vacuno con ensalada de porotos verdes, apio, betarraga	Ensalada mediterránea (queso fresco)	
Vegetariano	Omelette cebolla choclo tomate queso	Lentejas guisadas	Tortilla de porotos verdes	Strogonoff de carne de soya	Paella de verduras	
Postres	Bavarois	Flan de leche	Pastel 3 leches	Panacota	Torrijas con salsa de frambuesa	
	Macedonia	Helado palito	Compota de fruta	Macedonia	Crema catalana	
	Jalea diet	Jalea diet	Jalea diet	Jalea diet	Jalea diet	
	Variedad de fruta natural	Variedad de fruta natural	Variedad de fruta natural	Variedad de fruta natural	Variedad de fruta natural	
Complemento servicio: Pan, sal, aceite maravilla y limón sucedáneo, jugo pulpa de fruta, en granel café, té, agua de hierbas, azúcar o endulzante.						
	Lunes 12	Martes 13	Miércoles 14	Jueves 15	Viernes 16	
Sopa	FERIADO	Crema de champiñones	Sopa de pollo con fideos	Crema de verduras	SIN SERVICIO	
Salad bar		Lechuga	Lechuga	Lechuga		
		Apio	Zanahoria	Tomate		
		Repollo morado	Brócoli	Choclo		
		Tomate	Betarraga	Porotos verdes		
		Limoneta con albahaca	Limoneta	Limoneta con cilantro		
Salsas		Salsa yogurt eneldo	Salsa yogurt comino	Salsa yogurt orégano		
		Pechuga de pollo a la napolitana	Salsa bontoux	Vacuno saltado		
Plato de fondo		Merluza apanada	Porotos granados con mazamorra con churrasco de cerdo	Ají de gallina		
		Papas al horno	Coditos	Arroz perla		
Acompañamiento		Flan de zapallo camote acelga		Papas bastón al horno		
Hipocalórico		Ensalada César	Ensalada Nicoise (atún - huevo)	Pechuga de pollo grillé con ensalada de apio, zanahoria, espinaca		
Vegetariano		Omelette de queso pimentón espinaca	Porotos granados con mazamorra	Lasaña de verduras		
		Mousse	Tarta de yogurt	Espuma de limón		
Postres		Compota de fruta	Helado palito	Suspiro limeño		
		Jalea diet	Jalea diet	Jalea diet		
	Variedad de fruta natural	Variedad de fruta natural	Ensalada de frutas			
Complemento servicio: Pan, sal, aceite maravilla y limón sucedáneo, jugo pulpa de fruta, en granel café, té, agua de hierbas, azúcar o endulzante.						

	Lunes 19	Martes 20	Miércoles 21	Jueves 22	Viernes 23
Sopa	Sopa de pollo con verduras	Crema de zapallo	Sopa de carne con sémola	Crema de espárragos	Consomé de vacuno al huevo
Salad bar	Lechuga	Lechuga	Lechuga	Lechuga	Lechuga
	Apio	Betarraga	Ensalada bretona	Betarraga	Mix de repollo
	Zanahoria	Ensalada chilena	Choclo con cilantro	Tomate	Ensalada chacarera
	Repollo morado	Pepino	Mix 4 colores	Zanahoria	Apio
Salsas	Limoneta con cilantro	Limoneta	Kétchup	Limoneta con pimienta	Limoneta con eneldo
	Salsa de yogurt comino	Salsa de yogurt orégano	Mayonesa	Salsa yogurt perejil	Salsa yogurt ciboulette
Plato de fondo	Vacuno a la jardinera	Pechuga de pollo apanada	Hamburguesa de vacuno	Porotos con tallarines y churrasco de cerdo	Cerdo al merkén
	Croqueta de atún	Salsa italiana	Pizza napolitana	Pollo asado	Pastel de choclo
Acompañamiento	Papas asadas	Espirales	Papas bastón al horno	Puré de papas al perejil	Arroz con pimentón
	Quinoa guisada con verduras	Arroz exótico	Verduras al wok		
Hipocalórico	Ensalada César	Tortilla de zanahoria con ensalada de espinaca, choclo, tomate	Ensalada griega (quesillo)	Trutro de pollo asado con ensalada de apio, tomate, espinaca	Ensalada Nicoise (atún - huevo)
Vegetariano	Omelette de palmitos queso	Salsa boloñesa de soya	Pizza vegetariana	Porotos con tallarines	Pastel de choclo con pino de carne de soya
Postres	Cremé	Kuchen de miga	Leche nevada	Chandelle casero	Encanelado
	Compota de fruta	Panacota con salsa de frambuesa	Ensalada de frutas	Helado palito	Macedonia
	Jalea diet	Jalea diet	Jalea diet	Jalea diet	Jalea diet
	Variedad de fruta natural	Variedad de fruta natural	Variedad de fruta natural	Variedad de fruta natural	Variedad de fruta natural
Complemento servicio: Pan, sal, aceite maravilla y limón sucedáneo, jugo pulpa de fruta, en granel café, té, agua de hierbas, azúcar o endulzante.					
				Ponle color naranja a tu plato	
	Lunes 26	Martes 27	Miércoles 28	Jueves 29	Viernes 30
Sopa	Sopa de carne con fideos	Crema de choclo	Consomé de vacuno al huevo	Crema de zapallo	Sin Servicio
Salad bar	Lechuga	Lechuga	Lechuga	Lechuga	
	Pepino	Zanahoria	Mix 4 colores	Mix de repollo	
	Mix griego	Pebre de mote	Ensalada chilena	Apio	
	Apio	Tomate	Betarraga con cilantro	Zanahoria	
Salsas	Limoneta con eneldo	Limoneta con albahaca	Limoneta	Limoneta con cilantro	
	Salsa yogurt romero	Salsa yogurt ciboulette	Salsa yogurt comino	Salsa yogurt curry	
Plato de fondo	Pechuga de pollo al orégano	Albóndigas de vacuno con salsa de perejil	Cerdo teriyaki	Merluza apanada	
	Pastel de papas	Lentejas guisadas con filetillos de pollo	Tomaticán de vacuno	Chapsui de pollo	
Acompañamiento	Arroz primavera	Mostaccioli	Papas doradas	Arroz graneado	
			Budín de verduras bicolor	Cous cous con pimentones asados	
Hipocalórico	Ensalada mediterránea (queso fresco)	Ensaladas mixtas con huevos duros	Quiche de espinaca y choclo con ensalada de lechuga, repollo morado, porotos verdes	Wraps de pollo y lechuga con salsa de guacamole	
Vegetariano	Pastel de papas con pino de soya	Lentejas guisadas	Tomaticán de carne de soya	Omelette de tomate palmitos queso	
Postres	Mousse	Sémola con leche	Brazo de reina	Queque mármol	
	Macedonia	Helado palito	Crema rusa	Bavarois de naranja	
	Jalea diet	Jalea diet	Jalea diet	Jalea diet	
	Variedad de fruta natural	Variedad de fruta natural	Variedad de fruta natural	Variedad de fruta natural	
Complemento servicio: Pan, sal, aceite maravilla y limón sucedáneo, jugo pulpa de fruta, en granel café, té, agua de hierbas, azúcar o endulzante.					

MINUTA DESAYUNO Y ONCE FUNCIONARIOS COLEGIO ALIANZA FRANCESA
OCTUBRE 2026

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves 1	Viernes 2
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
Desayuno					
Sándwich				Marraqueta Aliado Mantequilla	Frica Pasta de ave mayonesa
Once					
Sándwich				Marraqueta Huevo revuelto	Pizza napolitana
Dulce				Ensalada de fruta	Barra de proteína

	Lunes 5	Martes 6	Miércoles 7	Jueves 8	Viernes 9
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
Desayuno					
Sándwich	Frica Hamburguesa queso Sachet aderezos	Marraqueta Huevo revuelto	Frica Pasta de ave mayonesa	Hallulla Aliado Mantequilla	Hallulla Jamón de pollo Palta
Once					
Sándwich	Marraqueta Pasta de ave palta	Hallulla Queso Tomate	Marraqueta Huevo revuelto con jamón	Frica Pasta de ave pimentón	As italiano Sachet aderezos
Dulce	Ensalada de fruta	Colegial	Yogurt con cereal	Barra de proteína	Yogurt con fruta

	Lunes 12	Martes 13	Miércoles 14	Jueves 15	Viernes 16
Porción líquida	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	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada
Desayuno					
Sándwich		Frica Pasta de ave mayonesa	Hallulla Tomate Palta	Marraqueta Huevo revuelto	Hallulla Aliado Mantequilla
Once					
Sándwich		Marraqueta Huevo revuelto con queso	Frica Pasta de ave pimentón	Marraqueta Jamón de pollo Palta	Pizza napolitana
Dulce		Yogurt con cereal	Queque casero	Yogurt con fruta	Ensalada de fruta

	Lunes 19	Martes 20	Miércoles 21	Jueves 22	Viernes 23
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
Desayuno					
Sándwich	Frica Hamburguesa queso Sachet aderezos	Hallulla Pasta de ave pimentón	Marraqueta Huevo revuelto	Hallulla Aliado Mantequilla	Hallulla Jamón de pollo Palta
Once					
Sándwich	Marraqueta Jamón de pollo Mantequilla	Marraqueta Queso Tomate	Frica Pasta de ave mayonesa	Marraqueta Queso Palta	As italiano Sachet aderezos
Dulce	Brownie	Ensalada de fruta	Yogurt con cereal	Barra de proteína	Yogurt con fruta

	Lunes 26	Martes 27	Miércoles 28	Jueves 29	Viernes 30
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
Desayuno					
Sándwich	Frica Lomito chacarero Sachet aderezos	Marraqueta Pasta de ave palta	Marraqueta Aliado Mantequilla	Hallulla Huevo revuelto con tomate	Marraqueta Queso Palta
Once					
Sándwich	Hallulla Queso Tomate	Marraqueta Huevo revuelto	Frica Pasta de ave pimentón	Hallulla Jamón de pollo Mantequilla	Pizza napolitana
Dulce	Barra de proteína	Yogurt con fruta	Colegial	Ensalada de fruta	Yogurt con cereal