NOVIEMBRE 2026

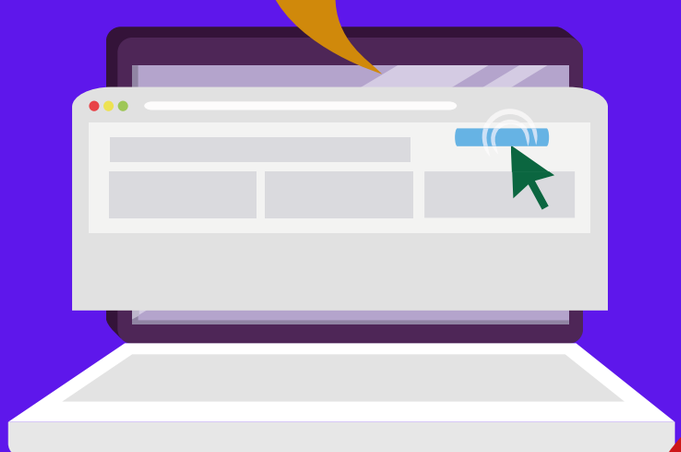
MINUTA ALMUERZO

mediterráne

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

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)*

Valor ticket:
$4.520

¿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.



mediterráneo

Minuta Almuerzo

MATERNELLE

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

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	2	3	4	5	6
SALAD BAR			Apio Primavera	Tomate pepino	Lechuga Betarraga
PLATO DE FONDO	SIN SERVICIO	SIN SERVICIO	Croqueta de reineta	Lentejas guisadas con quínoa	Vacuno al jugo
ACOMPAÑAMIENTO			Coditos	*	Arroz con zanahoria
POSTRES			Yogurt	Fruta trozada	Brownie
	9	10	11	12	13
SALAD BAR	Apio Zanahoria	Lechuga Tomate	Mix 4 colores Pepino	Zanahoria cubo Betarraga	Apio Tomate
PLATO DE FONDO	Pollo asado	Salsa boloñesa	Varitas de merluza apanada	Pechuga de pollo con salsa al orégano	Cerdo al romero
ACOMPAÑAMIENTO	Puré de papas	Quíñaros	Papas doradas	Arroz blanco	Charquicán de verduras
POSTRES	Macedonia	Jalea	Compota de fruta	Yogurt	Fruta trozada
	16	17	18	19	20
SALAD BAR	Pepino Zanahoria	Lechuga Repollo morado	Beterraga Apio	Tomate Pepino	Lechuga Betarraga
PLATO DE FONDO	Lomito de reineta	Pollo asado	Poroto con tallarines	Omelette de jamón queso	Goulash de vacuno
ACOMPAÑAMIENTO	Arroz primavera	Corbatitas al perejil	*	Arroz graneado	Papas al vapor
POSTRES	Yogurt	Compota de fruta	Fruta trozada	Macedonia	Jalea
	23	24	25	26	27
SALAD BAR	Repollo morado Pepino	Tomate Apio	Brócoli Betarraga	Lechuga Tomate	Zanahoria Arvejas
PLATO DE FONDO	Chow mein de pollo	Cerdo al jugo	Pechuga de pollo grillé	Hamburguesa de vacuno	Salsa boloñesa
ACOMPAÑAMIENTO	*	Papas doradas	Arroz blanco	Papas bastón al horno	Mostaccioli
POSTRES	Fruta trozada	Macedonia	Yogurt	Jalea	Compota de fruta
	30	1	2	3	4
SALAD BAR	Lechuga Zanahoria				
PLATO DE FONDO	Vacuno a la jardinera	MENÚ DICIEMBRE	MENÚ DICIEMBRE	MENÚ DICIEMBRE	MENÚ DICIEMBRE
ACOMPAÑAMIENTO	Arroz con fideos cabello				
POSTRES	Compota de fruta				

mediterráneo

Minuta Almuerzo

PRIMARIA

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

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	2	3	4	5	6
SALAD BAR			Lechuga Primavera Coliflor con brrócoli Apio	Lechuga Zanahoria cubo Tomate Pepino	Lechuga Ensalada de garbanzos Betarraga Arveja con perejil
SALSAS			Limoneta Salsa golf	Limoneta con cilantro Salsa yogurt ciboulette	Kétchup Salsa de yogurt al curry
PLATO DE FONDO	SIN SERVICIO	SIN SERVICIO	Croqueta de reineta	Lentejas guisadas con quínoa y churrasco de cerdo	Vacuno al jugo
ACOMPAÑAMIENTO			Coditos de perejil	*	Arroz con zanahoria
POSTRES			Helado palito Crema catalana Variedad de fruta natural	Leche asada Pasta frola Variedad de fruta natural	Brownie Creme brulee Variedad de fruta natural
	9	10	11	12	13
SALAD BAR	Lechuga Zanahoria Apio Repollo morado	Lechuga Cebolla asada al orégano Betarraga Tomate	Lechuga Ens. de cous cous primavera Mix 4 colores Pepino	Lechuga Pebre de mote Zanahoria cubo Betarraga	Lechuga Apio Choclo con arvejas Tomate
SALSAS	Vinagreta Salsa de yogurt cilantro	Limoneta Salsa de yogurt	Limoneta con eneldo Salsa de yogurt betarraga	Limoneta con pimienta Salsa yogurt perejil	Limoneta con albahaca Salsa de yogurt orégano
PLATO DE FONDO	Pollo asado	Salsa boloñesa	Varitas de merluza apanada	Pechuga de pollo con salsa al orégano	Cerdo al romero
ACOMPAÑAMIENTO	Puré de papas	Quíforos	Papas doradas	Arroz blanco	Charquicán de verduras
POSTRES	Flan de leche Macedonia Variedad de fruta natural	Tarta de yogurt Helado palito Variedad de fruta natural	Sémola con leche Compota de fruta Variedad de fruta natural	Brazo gitano Mousse Variedad de fruta natual	Chandelle Compota de fruta Variedad de fruta
	16	17	18	19	20
SALAD BAR	Lechuga Zanahoria Apio Pepino	Lechuga Mix 4 colores Ensalada chilena Repollo morado	Lechuga Porotos verdes Betarraga Apio	Lechuga Tomate Zanahoria Pepino	Lechuga Repollo blanco Betarraga Ens. fría de arroz y verduras
SALSAS	Limoneta al eneldo Salsa golf	Limoneta con albahaca Salsa yogurt ciboulette	Limoneta Salsa yogurt comino	Limoneta con cilantro Salsa yogurt cúrcuma	Limoneta Salsa yogurt orégano
PLATO DE FONDO	Lomito de merluza apanada	Pollo asado	Porotos con tallarines con churrasco de vacuno	Omelette de jamón queso	Goulash de vacuno
ACOMPAÑAMIENTO	Arroz primavera	Corbatitas al perejil	*	Arroz graneado	Papas al vapor
POSTRES	Bavarois Helado palito Variedad de fruta natural	Flan de leche Compota de fruta Variedad de fruta natural	Pastel 3 leches Suspiro limeño Variedad de fruta natural	Ilusión Macedonia Variedad de fruta natural	Pastel vasco Compota de fruta Variedad de fruta natural
	23	24	25	26	27
SALAD BAR	Lechuga Repollo morado Zanahoria Pepino	Lechuga Apio Mix 4 colores Tomate	Lechuga Mix de repollo Brócoli Betarraga	Lechuga Tomate Ensalada de lentejas Porotos verdes	Lechuga Betarraga con arvejas Pepino Zanahoria
SALSAS	Salsa alioli Salsa yogurt eneldo	Limoneta con albahaca Salsa de yogurt	Limoneta Salsa yogurt comino	Mayonesa Kétchup	Limoneta con perejil Salsa yogurt ciboulette
PLATO DE FONDO	Chow mein de pollo	Cerdo al jugo	Pechuga de pollo a la cuernavaca	Sándwich de hamburguesa de vacuno con queso	Lasaña boloñesa
ACOMPAÑAMIENTO		Papas doradas	Arroz blanco	Papas bastón al horno	
POSTRES	Helado palito Compota de fruta Variedad de fruta natural	Leche asada Macedonia Variedad de fruta natural	Torta casera Flan de vainilla con zeste de naranja y caramelo Variedad de fruta natural	Natilla de cheesecake Ensalada de frutas Variedad de fruta natural	Panacota con salsa Compota de fruta Variedad de fruta natural
	30	1	2	3	4
SALAD BAR	Lechuga Apio Zanahoria Repollo morado				
SALSAS	Limoneta con cilantro Salsa de yogurt comino				
PLATO DE FONDO	Vacuno a la jardinera	MENÚ DICIEMBRE	MENÚ DICIEMBRE	MENÚ DICIEMBRE	MENÚ DICIEMBRE
ACOMPAÑAMIENTO	Arroz con fideos cabello				
POSTRES	Bavaroise Compota de fruta Variedad de fruta natural				

PONLE COLOR A TU PLATO
ROJO

mediterráneo

Minuta Almuerzo

SECUNDARIA

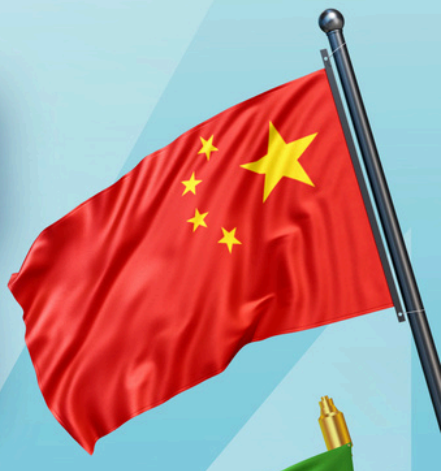
Lycée Antoine de Saint-Exupéry
Corporación Educacional Alianza Francesa-Santiago

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
SALAD BAR	SIN SERVICIO	SIN SERVICIO	4 Lechuga Primavera Coliflor con brócoli Apio	5 Lechuga Zanahoria cubo Tomate Pepino	6 Lechuga Ensalada de garbanzos Betarraga Arvejas con perejil
SALSA			Limoneta Salsa golf	Limoneta con cilantro Salsa yogurt ciboulette	Kétchup Salsa de yogurt al curry
PLATO DE FONDO			Croqueta de reineta Pollo escabechado	Hamburguesa de vacuno atomatada Lentejas guisadas con quínoa y churrasco de cerdo	Vacuno al jugo Lasaña de pollo con verduras
ACOMPAÑAMIENTO			Spaguetti al perejil Gratín de verduras	Puré de papas	Arroz con zanahoria
VEGETARIANO			Omelette de queso acelga	Lentejas guisadas con quínoa	Lasaña de verduras
POSTRES			Helado palito Crema catalana Jalea diet Variedad de fruta natural	Pasta frola Leche asada Jalea diet Variedad de fruta natural	Brownie Creme brulee Jalea diet Variedad de fruta natural
SALAD BAR	9 Lechuga Zanahoria cubo Apio Repollo morado	10 Lechuga Cebolla asada al orégano Betarraga Tomate	11 Lechuga Ens. de cous cous primavera Mix 4 colores Pepino	12 Lechuga Pebre de mote Zanahoria cubo Betarraga	13 Lechuga Apio Choclo con arvejas Tomate
SALSA	Vinagreta Salsa de yogurt cilantro	Salsa de yogurt Limoneta	Limoneta con eneldo Salsa de yogurt betarraga	Limoneta con pimienta Salsa de yogurt perejil	Limoneta con albahaca Salsa de yogurt orégano
PLATO DE FONDO	Pollo asado Tomaticán de vacuno	Salsa boloñesa Porotos granados al pilco con churrasco de cerdo	Varitas de merluza apanada Ragout de vacuno	Carbonada de vacuno Pechuga de pollo con salsa al orégano	Cerdo al romero Salsa Alfredo
ACOMPAÑAMIENTO	Puré de papas Chaufa de quínoa	Quifaros	Papas doradas Flan de verduras bicolor	Arroz blanco	Espirales Charquicán de verduras
VEGETARIANO	Tomaticán de carne de soya	Porotos granados al pilco	Ragout de carne de soya	Carbonada de soya	Charquicán de verduras con huevo
POSTRES	Flan de leche Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural	Tarta de yogurt Helado palito Jalea diet Variedad de fruta natural	Sémola con leche Compota de fruta jalea diet Variedad de fruta	Brazo gitano Mousse jalea diet Variedad de fruta	Chandelle Compota de fruta jalea diet Variedad de fruta
SALAD BAR	16 Lechuga Zanahoria cubo Apio Pepino	17 Lechuga Mix 4 colores Ensalada chilena Repollo morado	18 Lechuga Porotos verdes Betarraga Apio	19 Lechuga Tomate Zanahoria Pepino	20 Lechuga Repollo blanco Betarraga Ens. fría de arroz y verduras
SALSA	Limoneta al eneldo Salsa golf	Limoneta con albahaca Salsa yogurt ciboulette	Limoneta Salsa yogurt comino	Limoneta con cilantro Salsa yogurt cúrcuma	Limoneta Salsa yogurt orégano
PLATO DE FONDO	Pastel del papas al gratín Lomito de reineta	Vacuno mechado Truto de pollo asado	Juliana de pollo en su salsa Porotos con tallarines con churrasco de vacuno	Hamburguesa de vacuno Omelette de jamón queso	Goulash de vacuno Cerdo acaramelado
ACOMPAÑAMIENTO	Arroz primavera	Ratatouille Corbatitas al perejil	Puré de papas mixto	Arroz graneado Cous cous con verduras salteadas	Papas al vapor Tortilla de verduras
VEGETARIANO	Pastel de papas con pino de soya	Musaka vegetariana	Porotos con tallarines	Omelette de tomate queso albahaca	Hamburguesa de quínoa
POSTRES	Bavarois Helado palito Jalea diet Variedad de fruta natural	Flan de leche Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Pastel de 3 leches Suspiro limeño Jalea diet Variedad de fruta natural	Ilusión Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural	Pastel vasco Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural
SALAD BAR	23 Lechuga Repollo morado Zanahoria Pepino	24 Lechuga Apio Mix 4 colores Tomate	25 Lechuga Mix de repollo Brócoli Betarraga	26 Lechuga Tomate Ensalada de lentejas Porotos verdes	27 Lechuga Betarraga con arvejas Pepino Zanahoria
SALSA	Salsa alioli Salsa yogurt eneldo	Limoneta con albahaca Salsa de yogurt	Limoneta Salsa yogurt comino	Mayonesa Kétchup	Limoneta con perejil Salsa yogurt ciboulette
PLATO DE FONDO	Chow mein de pollo Vacuno mongoliano	Pastel de choclo Cerdo al jugo	Tacos con carne choclo lechuga y guacamole Pechuga de pollo a la cuernavaca	Lomo de cerdo con salsa barbecue Sándwich de hamburguesa de vacuno con queso	Lasaña boloñesa Croqueta de reineta
ACOMPAÑAMIENTO	Arroz chino	Papas doradas	Arroz blanco	Papas bastón al horno Verduras lyonesa	Arroz al ciboulette Guiso de verduras
VEGETARIANO	Chow mein de carne de soya	Pastel de choclo con pino de carne de soya	Tacos con choclo lechuga porotos negros y guacamole	Sándwich de hamburguesa de soya con queso	Lasaña boloñesa con pino de carne de soya
POSTRES	Helado palito Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Leche asada Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural	Torta casera Flan de vainilla con zeste de naranja y caramelo Jalea diet Variedad de fruta natural	Natilla de cheesecake Ensalada de frutas Jalea diet Variedad de fruta natural	Panacota con salsa Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural
SALAD BAR	30 Lechuga Repollo morado Zanahoria Apio	1	2	3	4
SALSA	Limoneta con cilantro Salsa de yogurt comino				
PLATO DE FONDO	Vacuno a la jardinera Pechuga de pollo a la plancha	MENÚ DICIEMBRE	MENÚ DICIEMBRE	MENÚ DICIEMBRE	MENÚ DICIEMBRE
ACOMPAÑAMIENTO	Arroz árabe Budín de porotos verdes				
VEGETARIANO	Omelette de palmitos queso				
POSTRES	Bavaroise Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural				

mediterráneo

SEMANA DE LOS PAÍSES









DEL 23 AL 27 DE NOVIEMBRE

¡Conocer la comida de otros países es viajar a través de los sabores!

Cada país tiene sus propias comidas, ingredientes y formas de cocinar. Conocerlas nos permite probar nuevos sabores, descubrir otras culturas y aprender sobre las costumbres de las personas que viven en distintos lugares del mundo. Además, nos ayuda a ser más curiosos, a respetar las diferencias y a entender que, aunque seamos de países diferentes, la comida siempre es una forma de compartir, disfrutar y estar juntos.

¡Atrévete a probar en el casino algo nuevo y descubre el mundo a través de sus sabores!

PONLE COLOR A TU PLATO
mediterráneo

10 de Noviembre

Este mes toca:

Rojo

Anima a los **niños** a conocer las frutas,verduras y la alimentación saludable a través de los colores

Este mes toca a lo rojo

