

MINUTA COLEGIO COGNITA PUMAHUE HUECHURABA



MES DE MARZO 2023

DÍA	ENTRADA	MENU 1	MENÚ 2	POSTRE	HIPOCALÓRICO	AGREGADO
Miércoles 1	Salad bar Consomé de vacuno	Vacuno salteado con espirales al orégano	Lentejas Guisadas	Durazno – Jalea con fruta - Bavarois frambuesa	Tortilla de zanahoria con mix de ensaladas	Pan y bebestibles
Jueves 2	Salad bar Sopa de pollo con sémola	Pollo grillé con puré mixto	Chapsui de cerdo con arroz chaufán	Sandía – Jalea – Flan de frutilla	Pollo grillé con mix de verduras	Pan y bebestibles
Viernes 3	Salad bar Crema de Tomates	Churrasco con budín de verduras	Salsa alfredo con corbatitas al perejil	Ciruelas – Jalea – Manzana asada	Jamón – Quesillo – Aceitunas con mix de ensaladas	Pan y bebestibles
Lunes 6	Salad bar Crema de espárragos	Asado Alemán con arroz perla	Pollo al jugo con papas duquesa	Melón – Jalea con crema – Helado	Tortilla acelga con ensaladas	Pan y bebestibles
Martes 7	Salad bar Sopa pollo con sémola	Croquetas de atún con ensalada de fideos coditos	Pastel de choclo	Tutti frutti – Jalea – Natilla tres leches	Pollo grillé con ensaladas	Pan y bebestibles
Miércoles 8	Salad bar Sopa carne con caracolitos	Guiso de zapallitos italianos con papas doradas	Menestrón	Durazno - Jalea c/fruta – Leche asada con salsa caramelo	Guiso de zapallitos italianos con papas cocidas	Pan y bebestibles
Jueves 9	Salad bar Crema de porotos	Charquicán de verduras con huevo	Lasaña bolognesa	Compota Manzana – Jalea bicolor – Flan sabor caramelo	Antipasto vegetariano	Pan y bebestibles

MINUTA COLEGIO COGNITA PUMAHUE HUECHURABA



Viernes 10	Salad bar Sopa de pollo con arroz	Ragout de ave con arroz primavera	Pescado apanado con budín de verduras	Tutti frutti- Jalea c/yogurt – Durazno al jugo con crema	Soufflé de zanahoria	Pan y bebestibles
Lunes 13	Salad bar Crema de choclo	Hamburguesa casera con mostaccioli tricolor	Fajitas rellenas de pollo y verduras	Durazno - Jalea bicolor – Leche asada casera	Fajitas rellenas de pollo y verduras	Pan y bebestibles
Martes 14	Salad bar Sopa carne con caracolitos	Estofado de cerdo	Tortilla de verduras con arroz graneado	Tutti frutti- Jalea c/yogurt – Bavarois frambuesa	Tortilla de verduras	Pan y bebestibles
Miércoles 15	Salad bar Sopa de pollo con sémola	Porotos con mazamorra	Nugget de pescado (horno) con puré de papas	Compota de manzana – Jalea c/crema – Natilla suspiro limeño	Tomate Neptuno en base de lechuga	Pan y bebestibles
Jueves 16	Salad bar Crema de lentejas	Pollo asado con fricasse de verduras	Salsa alfredo con espirales	Pera – Jalea con fruta - Helado	Pollo asado con mix de ensaladas	Pan y bebestibles
Viernes 17	Salad bar Sopa de carne con fideos	Carne arvejada con quinoa	Filete de pollo al jugo con papas doradas	Manzana - Jalea – Flan sabor frutilla	Filete de pollo con mix de verduras	Pan y bebestibles
Lunes 20	Salad bar Crema de verduras	Asado alemán con quifaros al perejil	Tortilla de porotos verdes con arroz	Pera – Jalea con crema – Mousse	Tortilla de porotos verdes	Pan y bebestibles
Martes 21	Salad bar Sopa carne sémola	Lentejas guisadas	Escalopa de ave con guiso de zapallito italiano	Tutti frutti – Jalea – Natilla tiramisu	Salpicón de verduras con pollo	Pan y bebestibles

MINUTA COLEGIO COGNITA PUMAHUE HUECHURABA



Miércoles 22	Salad bar Crema de garbanzos	Croqueta de atún con arroz pilaf	Spaguetti bolognesa	Compota Manzana- Jalea c/fruta – Leche asada con salsa caramelo	Molde de atún	Pan y bebestibles
Jueves 23	Salad bar Sopa pollo con arroz	Pollo asado con papas fritas	Carne a la cacerola con panaché de verduras	Plátano – Jalea bicolor – Flan sabor caramelo	Ensalada cesar pollo	Pan y bebestibles
Viernes 24	Salad bar Crema de tomate	Goulash de vacuno con espirales al orégano	Pastel de choclo	Manzana - Jalea c/yogurt – Kuchen de manzana	Jamón – Quesillo - Aceitunas	Pan y bebestibles
Lunes 27	Salad bar Sopa pollo con sémola	Varitas de pescado con arroz perla	Salsa bontue con mostaccioli	Pera – Jalea con yogurt– Natilla pie de limón	Omelette choclo	Pan y bebestibles
Martes 28	Salad bar Crema de pollo	Pastel de papas	Porotos con mazamorra	Tutti frutti- Jalea con crema – Leche nevada	Quesillo - Huevo - Jamón	Pan y bebestibles
Miércoles 29	Salad bar Sopa de carne con fideos	Carbonada de vacuno	Pollo salteado con arroz primavera	Manzana - Jalea bicolor – Flan sabor vainilla con salsa chocolate	Tomate reina en base de lechuga	Pan y bebestibles
Jueves 30	Salad bar Sopa de pollo con sémola	Salsa bolognesa con corbatitas al perejil	Chapsui de cerdo con papas salteadas	Compota de Pera – Jalea – Queque de yogurt	Tortilla de zanahoria	Pan y bebestibles
Viernes 31	Salad bar Crema de Tomates	Escalopa de ave con puré mixto	Pantrucas	Tutti frutti – Jalea – Manzana asada	Ensalada César Pollo	Pan y bebestibles