



Minuta Almuerzos Colegio Pedro de Valdivia Las Condes

Abril de 2025

Compromiso con la alimentación
saludable y equilibrada
para nuestros estudiantes.



ITEM	LUNES 31	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
SALAD BAR	Lechuga-Pepino	Betarraga-Zanahoria	Apio	Lechuga crutones	Tomate-Porotos verdes
	Chilena	Mix de lechugas	Zanahoria-Pepino	Tomate	Lechuga-Zanahoria
	Betarraga-Perejil	Repollo blanco- Aceituna	Brócoli-Tomate	Coliflor perejil	Brócoli
SOPA O CREMA	Crema de verduras	Sopa de carne con sémola	Crema de espárragos	Sopa de pollo con fideos	Consomé de vacuno al huevo
PLATO PRINCIPAL	Salsa bontue con champiñones	Garbanzos guisados	Lasaña boloñesa	Aji de gallina	Kebab de vacuno
	Nugget de pescado	Goulash de vacuno	Pollo al limón	Carne al jugo	Chuleta de cerdo
ACOMPANAMIENTO	Arroz graneano	Puré de papas	Arroz al perejil	Arroz mediterraneo	Arroz criollo
	Spaguettis	Caracolitos	Cuscus	Papas asadas	Espirales al perejil
	Chapsui de verduras			Guiso de acelga	Puré campestre
LIGHT	Bowl caprese	Bowl mexicano	Bowl cesar	Bowl toscano	Bowl griego
VEGANO/ VEGETARIANO	Charquican de soya	Garbanzos guisados	Salsa italiana vegana	Fritos de coliflor	Guiso de acelga con papas doradas
POSTRE	Manzana	Durango al jugo con crema	Platano	Pera con yogurt	Kiwi frappe
	Jalea de melón	Jalea de piña	Jalea de melón tuna	Jalea con yogurt	Jalea de limón
	Flan de vainilla con caramelo	Helado	Arroz con leche	Leche nevada	Natilla de tiramisú

ITEM	LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
SALAD BAR	Lechuga-Pepino	Tomate	Mix de lechugas	Tomate-Porotos verdes	Lechuga-Repollo morado
	Zanahoria-Cilantro	Lechuga-Choclo	Brócoli	Pepino-Rábano	Tomate-Cilantro
	Pebre de cochayuyo	Betarraga-Cebolla	Zanahoria-Pimentón	Betarraga-Huevo	Apio
SOPA O CREMA	Crema de espárragos	Sopa de carne con sémola	Crema de verduras	Sopa de pollo con fideos	Crema de garbanzos
PLATO PRINCIPAL	Salsa boloñesa	Porotos con tallarines	Croquetas de atún en salsa	Hamburguesa de pavo	Pollo asado
	Charquicán de verduras con huevo	Cubos de pollo arvejado	Chapsui de vacuno	Strogonoff de cerdo	Carne mechada
ACOMPAÑAMIENTO	Arroz perla	Arroz Primavera	Arroz chaufan	Arroz al curry	Arroz graneado
	Corbatitas	Espirales	Mostacciolis	Caracolitos	Papas dado
		Papas doradas	Verduras salteadas	Puré piamontesa	Guiso de zapallito italiano
LIGHT	Bowl italiano	Bowl antipasto	Bowl tricolor de pavo	Tortilla de acelga con ensalada 4 estaciones	Bowl cesar
VEGANO/ VEGETARIANO	Salsa boloñesa	Porotos con tallarines	Hamburguesa de soya lyonesa	Strogonoff de tofu con arroz al curry	Guiso de acelga
POSTRE	Plátano	Compota de manzana	Durazno	Peras al jugo	Merengón de plátano
	Jalea de guinda	Jalea de piña	Jalea de melón tuna	Jalea de yogurt	Jalea de limón
	Leche nevada	Flan sabor chocolate	Arroz con leche	Churros nevados	Maicena al caramelo

ITEM	LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16
SALAD BAR	Chilena Choclo pimenton Zanahoria-Cilantro	Zapallito italiano Lechuga-Zanahoria Tomate-Cilantro	Brócoli-Tomate Mix de lechuga Betarraga-Zanahoria
SOPA O CREMA	Sopa de pollo con sémola	Crema de verduras	Sopa de carne con fideos
PLATO PRINCIPAL	Milanesa de merluza Suprema de pollo napolitana	Lentejas guisadas con huevo lluvia Albóndigas en salsa	Pollo a la crema Ragout vacuno
ACOMPANAMIENTO	Arroz al sésamo Corbatitas Papas bastón	Arroz graneado Spaguetti	Arroz pilaf Espirales Puré de papas
LIGHT VEGANO/ VEGETARIANO	Bowl griego Hamburguesa de soya lyonesa	Bowl mexicano Albóndigas veganas	Tortilla de porotos verdes con lechuga, zanahoria, espinaca y repollo Pastel de papas
POSTRE	Plátano Jalea de guinda Chilenito	Manzana Jalea de piña Leche nevada	Tutti Frutti Jalea de melón tuna Maicena al caramelo

ITEM	LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
SALAD BAR	Lechuga-Repollo Morado	Chilena	Repollo-Apio	Repollo morado	Porotos verdes
	Tomate-Pepino	Lechuga-Pepino	Porotos Verdes-Zanahoria	Tomate-Cilantro	Repollo-Manzana
	Zanahoria-Cilantro	Betarraga Perejil	Tomate-Choclo	Mix de lechugas	Cebolla caramelizada
SOPEA O CREMA	Crema de choclo	Sopa de carne con fideos	Crema de espárragos	Sopa de pollo con fideos	Crema de verduras
PLATO PRINCIPAL	Asado alemán	Porotos con tallarines	Carne al champiñón	Ragout de vacuno	Beef de cerdo
	Chapsui de pollo	Salsa italiana	Pescado al limon	Pollo saltado	Hamburguesa napolitana
ACOMPAÑAMIENTO	Arroz chaufan	Arroz verde	Arroz al olivo	Arroz graneado	Arroz al curry
	Mostaccioli al ciboulette	Spaguetti	Espirales al oregano	Caracolitos	Corbatita al orégano
	Papas doradas		Guiso de zapallito italiano	Pure de papas	Verduras salearadas
LIGHT	Bowl cesar	Bowl toscano	Bowl mexicano	Tortilla de zanahoria con ens verdes	Bowl griego
VEGANO/ VEGETARIANO	Chapsui de soya	Porotos a la chilena	Tallarín saltado soya	Curry de garbanzos	Hamburguesa de lentejas
POSTRE	Merengón de plátano	Compota de manzana	Peras al jugo	Tutti Frutti	Pera
	Jalea de naranja	Jalea de piña	Jalea de guinda	Jalea con yogurt	Jalea de limón
	Sémola con leche	Alfajor de maicena	Arroz con leche	Leche nevada	Leche asada

ITEM	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30
SALAD BAR	Mix de lechugas Zanahoria-Pepino Betarraga-Perejil	Chilena Zanahoria Repollo	Mix de lechugas Brócoli Tomate-Cilantro
SOPA O CREMA	Crema de verduras	Consomé de ave	Crema de espárragos
PLATO PRINCIPAL	Pescado napolitano Ragout de pavo	Garbanzos guisados Tomaticán	Pollo arvejado Cerdo asado
ACOMPAÑAMIENTO	Arroz graneado Mostacciolis al perejil Pure mixto	Arroz al cilantro Caracolitos	Arroz perla Quinoa salteada Papas dado
LIGHT VEGANO/ VEGETARIANO	Bowl de atún Tofu crispy	Bowl mexicano Garbanzos guisados	Bowl griego Pantrucas veganas
POSTRE	Compota de manzana Jalea de guinda Sémola con leche	Platano Jalea de naranja Flan sabor chocolate	Tutti frutti Jalea de melón tuna Strudel de manzana

Comer bien es aprender mejor

Nuestro equipo de **chefs** y **nutricionistas** diseña cada menú con dedicación, pensando en el bienestar de cada estudiante.

¡Nos vemos en el próximo almuerzo!

Para dudas o sugerencias, puedes comunicarte con nosotros:

📍 Av. Pedro de Valdivia 1939, 7501110 Providencia, Región Metropolitana

☎ +56 9 73683849

✉ pdv.providencia@alerechile.cl

🌐 www.cruxfood.cl

📷 [cruxfood](https://www.instagram.com/cruxfood)

