

ABRIL

Colegio Academia de Humanidades 1er Ciclo: 1º y 3º Básico.



¿Quién atenderá a sus hijos?

Ellos serán atendidos por un selecto equipo de trabajo de Sodexo que operará bajo la dirección de una Administradora, quien a su vez será responsable de entregar un servicio personalizado y del mejor nivel, cumpliendo siempre con los estándares de higiene y calidad, con los que opera Sodexo.

Beneficios del servicio

Sus hijos diariamente almorzarán con la variedad de alimentos que cada uno necesita ingerir de acuerdo a su edad, de forma equilibrada, con la temperatura apropiada. Todo esto con la tranquilidad que ofrece una real seguridad alimentaria.

¿Cómo saber qué comerá su hijo?

Todos los meses publicaremos en la página web del colegio la minuta de almuerzo

\$2.000
ticket diario

ABRIL

COLEGIO ACADEMIA DE HUMANIDADES 1er Ciclo : 1º y 3º Básico

LUNES

Ensalada Lechuga Palta

1

Pavo a la Portuguesa
Espirales

Fruta Estacion Durazno al Jugo

ENTRADAS

PLATO DE FONDO 1

ACOMPaña MIENTOS

POSTRES

MARTES

Ensalada Tomate Queso Fresco

2

Huevo Duro
Garbanzos Guisados

Fruta Estacion Jalea Frambuesa

ENTRADAS

PLATO DE FONDO 1

ACOMPaña MIENTOS

POSTRES

MIÉRCOLES

Ensalada Mix Repollos Palmitos

3

Carbonada de Vacuno

Fruta Estacion Macedonia

JUEVES

Ensalada Betarraga Huevo

4

Croquetas de Atun
Arroz Piamontesa

Fruta Estacion Chilenito

VIERNES

Ensalada Lechuga Jamon Pavo Cocido

5

Lasaña Boloñesa

Fruta Estacion Yogurth con Cereal

Ensalada Tomate Quesillo

8

Huevo Duro
Charquican de Verduras

Fruta Estacion Piñas al Jugo

Ensalada Lechuga Jamon

9

Lomo de Cerdo Asado
Porotos con Tallarines

Fruta Estacion Flan Caramelo

Ensalada Espinaca Aceituna

10

Vacuno Salteado
Verduras a la Crema Arroz Pilaf

Fruta Estacion Semola con Leche

Ensalada Chodo Palmitos

11

Trutro Pollo al Orégano
Espirales Tricolor

Fruta Estacion Jalea Frambuesa/Yogurth

Ensalada Tomate Huevo

12

Quesadillas Jamon
Papas Duquesas

Fruta Estacion Macedonia

Ensalada Lechuga Aceitunas

15

Pavo Asado
Papas Doradas Choco a la mantequilla

Fruta Estacion Cocktail de Frutas

Ensalada Tomate Palmitos

16

Pollo Salteado con Zapallito
Arroz Chaufan

Fruta Estacion Jalea Tricolor

Ensalada Apio Queso Fresco

17

Huevo Duro
Lentejas Guisadas

Fruta Estacion Macedonia

Repollo Morado Quesillo

18

Varitas Pescado
Spaghettis

Fruta Estacion Flan Chocolate

FERIADO

Ensalada Choco Pimiento Rojo

22

Pollo al Jugo
Papas Doradas

Fruta Estacion Durazno al Jugo

Ensalada Tomate Huevo

23

Huevo Duro
Garbanzos Guisados

Fruta Estacion Jalea Naranja

Ensalada Lechuga Jamon de Pavo

24

Zapallitos Rellenos

Fruta Estacion Yogurth con Cereal

Ensalada Apio Aceitunas

25

Salsa de Atun
Quifaros

Fruta Estacion Macedonia

Ensalada Tomate Ensalada Lechuga

26

Pizza Napolitana

Fruta Estacion Leche Asada

Repollo Morado Palmitos

29

Charquican con Vacuno

Fruta Estacion Piña Alegre

Ensalada Lechuga Jamon de Pavo

30

Emince de Pollo
Arroz al Perejil

Fruta Estacion Chilenito

ENTRADAS

PLATO DE FONDO 1

ACOMPaña MIENTOS

POSTRES

ENTRADAS

PLATO DE FONDO 1

ACOMPaña MIENTOS

POSTRES

TODOS LOS DÍAS PUEDES LLEVAR:
ENSALADA
+ PLATO PRINCIPAL
Y POSTRE.



COMPLEMENTOS
DIARIOS:
ADEREZOS, JUGO
O AGUA PURIFICADA.

sodexo

ABRIL

Colegio Academia de Humanidades 2do Ciclo : 4º Básico a 4º Medio



¿Quién atenderá a sus hijos?

Ellos serán atendidos por un selecto equipo de trabajo de Sodexo que operará bajo la dirección de una Administradora, quien a su vez será responsable de entregar un servicio personalizado y del mejor nivel, cumpliendo siempre con los estándares de higiene y calidad, con los que opera Sodexo.

Beneficios del servicio

Sus hijos diariamente almorzarán con la variedad de alimentos que cada uno necesita ingerir de acuerdo a su edad, de forma equilibrada, con la temperatura apropiada. Todo esto con la tranquilidad que ofrece una real seguridad alimentaria.

¿Cómo saber qué comerá su hijo?

Todos los meses publicaremos en la página web del colegio la minuta de almuerzo

ABRIL

COLEGIO ACADEMIA DE HUMANIDADES 2do Ciclo : 4º Básico a 4º Medio

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SALAD BAR

SOPA

PLATO DE FONDO

1

PLATO DE FONDO

2

VEGETARIANO

NATURALMENTE

POSTRES

Ensalada Lechuga
Ensalada Tomate
Ensalada Habas Chilena

1

Consomé de Ave/Huevo

Cazuela de Pollo

Hamburguesa de Vacuno
Verduras Salteadas

Acelgas a la Crema
Papas Doradas

Pollo Grille/Ens. Habas

Ensalada
Rapollo/Zanahoria

Fruta Estacion
Jalea Naranja
Mousse Vainilla
Durazno al Jugo

Ensalada Rapollo/Cilantro
Ensalada Choclo
Ensalada Betarraga

2

Crema Verduras

Huevo Duro
Garbanzos Guisados

Salmon a la Mantequilla
Pure de Papas Ciboulette

Lasaña Vegetariana

Ensalada del Chef

Fruta Estacion
Jalea Frambuesa
Arroz con Leche
Compota de Fruta

Ensalada Zanahoria Hilo
Ensalada Espinaca
Ensalada Coliflor/Pim. Rojo

3

Sopa de Carne/Fideos

Salsa Bolognesa
Spaghettis

Lomo Cerdo Asado
Guiso de Zapallo Italiano

Budin de Coliflor

Ensalada del Huerto

Fruta Estacion
Jalea Piña /Yogurth
Suspiro Limeño
Macedonia

Ensalada Lechuga
Ensalada Zapallo Italiano
Ensalada Rapollo Morado

4

Crema Esparragos

Pechuga de Pollo Grille
Arroz Piemontesa

Panqueques Mariscos
Gratin
Verduras Salteadas

Hamburguesa de Soya

Ensalada Alemana

Fruta Estacion
Jalea Naranja /Crema
Chantilly
Flan Brasileño
Chilenito
Compota de Ciruelas

Ensalada Lechuga
Ensalada Choclo y Acelga
Ensalada Chilena

5

Sopa de Pollo/Fideos

Escalopa Kayser Vacuno
Quinoa Verde

Tortilla de Acelgas
Papas Alemanas

Pimiento Relleno

Atun/Ens. Lechuga
Tomate Choclo

Fruta Estacion
Jalea Melon Tuna /Fruta
Leche Nevada
Yogurth con Cereal

SALAD BAR

SOPA

PLATO DE FONDO

1

PLATO DE FONDO

2

VEGETARIANO

NATURALMENTE

POSTRES

Ensalada Apio
Ensalada Coliflor
Ensalada Tomate

8

Crema Pollo

Huevo Duro
Charquican de Verduras

Pavo Asado
Mostachollis Atomatados

Bolognesa-soya

Ensalada de Mariscos

Fruta Estacion
Jalea Bicolor
Natilla Pie Limon
Piñas al Jugo

Ensalada Lechuga
Ensalada Zanahoria Hilo
Ensalada Brocoli y Choclo

9

Sopa de Carne/Fideos

Vacuno Salsa Marchand
D' Vin
Pure de Papas Lyonesa

Lomo de Cerdo Asado
Porotos con Tallarines

Omelette Queso

Ensalada con Pollo y Diente
de Dragon

Fruta Estacion
Jalea Naranja
Flan Caramelo
Compota Mixta

Ensalada Rapollo/Cilantro
Ensalada Bet. Chilena
Ensalada Espinaca

10

Crema Esparragos

Merluza Suiza
Arroz Griego

Quesadillas Pollo
Verduras Salteadas

Pimiento Relleno/Cous
Cous

Jamon Pavo Palta/Ens.
Lechuga Betarraga Choclo

Fruta Estacion
Jalea
Frambuesa/Merengue
Semola con Leche
Berlin Manjar

Ensalada Lechuga
Porotos
Negros/Cebollin/Pimiento
Ensalada Tomate

11

Sopa de Carne/Arroz

Papas Rellenas con Pino
Budin de Coliflor

Salsa Alfredo
Espirales Tricolor

Salsa de Champiñones

Ensalada Griega

Fruta Estacion
Jalea Frambuesa
Arroz con Leche
Espuma de Platano

Ensalada Chilena
Ensalada Choclo
Ensalada Lechuga

12

Crema Tomates

Trutro de Pollo al Orégano
Verduras al Oliva

Albondigas de Vacuno al
Jugo

Arroz al Cilantro

Fajitas Vegetarianas

Vacuno con Ens. Tomate
Poroto Verde Zanahoria

Fruta Estacion
Jalea Melon Tuna /Fruta
Flan Choco-Frutilla
Macedonia

SALAD BAR

SOPA

PLATO DE FONDO

1

PLATO DE FONDO

2

VEGETARIANO

NATURALMENTE

POSTRES

Ensalada Zanahoria Hilo
Ensalada Lechuga
Ensalada Choclo

15

Sopa de Carne/Semola

Varitas Pescado
Papas Doradas

Vacuno Mechado
Guiso de Zapallo Italiano

Tortilla de Porotos Verdes

Palta Rell. Pollo/Ens. Coliflor
Tomate Lechuga

Fruta Estacion
Jalea Frambuesa
Mousse Chocolate -
Lucuma
Cocktail de Frutas

Ensalada Tomate
Ensalada Zap. Italiano
Ensalada Arvejas a la
Chilena

16

Crema Tomates

Pastel de Papas

Chapsui de Pollo
Arroz Chaufan

Budin de Coliflor

Ensalada de Alcachofas

Fruta Estacion
Jalea Tricolor
Semola con Leche
Compota de Manzana

Ensalada Lechuga
Rapollo Morado
Ensalada Brocoli

17

Consomé de
Vacuno/Huevo

Huevo Duro
Lentejas Guisadas

Escalopa de Jamon/Queso
Tallarines al Pomodoro

Fetuccini con Salsa Hongos

Ensalada de Atun

Fruta Estacion
Jalea Frambuesa
Suspiro Limeño
Macedonia

Ensalada Chilena
Ensalada Choclo
Ensalada Espinaca

18

Sopa de Pollo/Semola
Natural

Quesadillas Pollo
Arroz Pilaf

Caldillo Marinero

Hamburguesa de Lentejas

Ensalada del Huerto

Fruta Estacion
Jalea Melon Tuna
Flan Chocolate
Manzana Pompadour

FERIADO

SALAD BAR

SOPA

PLATO DE FONDO

1

PLATO DE FONDO

2

VEGETARIANO

NATURALMENTE

POSTRES

Ensalada Lechuga
Ensalada Zanahoria Hilo
Ensalada Choclo

22

Sopa de Carne/Fideos

Panqueques Vacuno
Gratinado
Pure de Papas al Ciboulette

Pechuga de Pavo Arvejado
Choclo Entero

Zapallo Italiano al Gratin

Quesillo y Esparragos/Ens.
Acelga

Zanahoria R. Morado
Lechuga

Fruta Estacion
Jalea Naranja
Natilla Manjar /Almendra
Durazno al Jugo

Ensalada Apio
Ensalada Tomate
Ensalada Habas Chilena

23

Crema Verduras/Crutones

Salsa Bolognesa
Quifaros

Asado de Cerdo Salsa BBQ
Guiso de Quinoa y
Champiñones

Omelette Vegetariano

Ensalada Granjera

Fruta Estacion
Jalea Bicolor
Turron
Arroz con leche

Ensalada Chilena
Ensalada Espinaca
Ensalada Coliflor

24

Pechuga de Pollo al Jugo
Papas Salteadas

Huevo Duro
Garbanzos Guisados

Pastel de Papas y Berenjenas

Vacuno con Ens. Tomate
Poroto Verde Zanahoria

Fruta Estacion
Jalea Piña
Bavarois Naranja
Yogurth con Cereal

Ensalada Lechuga/Aceituna
Ensalada Zapallo Italiano
Porotos Verdes

25

Crema Champiñones

Tallarines Bontue

Reineta a la Mantequilla
Arroz Zanahoria

Tacos Carne Vegetal
Salsa Guacamole

Ensalada de Pavo y Queso
Fresco

Fruta Estacion
Jalea Bicolor
Leche Nevada
Macedonia

Ensalada Tomate
Ensalada Mix Repollos
Ensalada Lechuga/Pimenton Rojo

26

Consomé de Ave/Perejil

Vacuno Mechado
Papas Duquesas

Zapallitos Jamón Queso
Verduras Julianas al Oliva

Pimientos Rellenos

Ensalada del Chef

Fruta Estacion
Jalea Frambuesa
Leche Asada
Compota de Manzana

SALAD BAR

SOPA

PLATO DE FONDO

1

PLATO DE FONDO

2

VEGETARIANO

NATURALMENTE

POSTRES

Ensalada Tomate
Ensalada Lechuga Mix
Ensalada Bruselás, Pepin

29

Crema Esparragos

Pechuga de Pollo Grille
Mostachollis Atomatados

Huevo Duro
Charquican de Verduras

Bolognesa-soya

Queso Fresco/Ens. Espinaca
Betarraga Choclo

Fruta Estacion
Jalea Melon Tuna
Flan Chocolate
Piña Alegre

Ensalada Rep./Cilantro
Ensalada Cebolla Asada
Ensalada Tomate

30

Sopa de Carne/Semola

Asado de Cerdo
Arroz al Perejil

Chapsui de Pavo
Verduras Julianas al Oliva

Pastel de Zapallitos-Soya

Ensalada del Pacifico

Fruta Estacion
Jalea Frambuesa
Pastel de Semola Manzanaz
Macedonia

TODOS LOS DÍAS PUEDES LLEVAR:
SALAD BAR + SOPA + PLATO
PRINCIPAL Y POSTRE CON
ALTERNATIVAS A ELECCIÓN



COMPLEMENTOS
DIARIOS:
ADEREZOS, PAN,
JUGO O AGUA
PURIFICADA

DIARIAMENTE PODRÁS
OPTAR POR
MENÚ O HIPOCALÓRICO EN
REEMPLAZO
DEL PLATO PRINCIPAL

sodexo