



MINUTA: COLEGIO ACADEMIA DE HUMANIDADES
SEPTIEMBRE 2022
ALMUERZO ALUMNOS 1º - 3º BÁSICO



SEMANA 01						jueves, 01 de sept.	RAC	viernes, 02 de sept.	RAC		
Salad Bar						Ens Repollo mix		Ens Lechuga			
						Ens Tomate		Ens Zanahoria			
						Ens Betarraga cilantro		Ens Brocolí Coliflor			
Alternativa 1						Pollo mongoliano		Pulpa de cerdo teriyaki			
						Arroz graneado		Espirales al oregano			
Dieta						Juliana de ave (liv)		Pescado al horno (liv)			
						Arroz graneado		Pure de papas			
Bar de Postres						Jalea		Jalea			
						Sémola con leche		Queque zanahoria			
						Fruta natural de la estación		Fruta natural de la estación			
SEMANA 02		lunes, 05 de sept.	RAC	martes, 06 de sept.	RAC	miércoles, 07 de sept.	RAC	jueves, 08 de sept.	RAC	viernes, 09 de sept.	RAC
Salad Bar	Ens Repollo		Ens Lechuga		Ens Mix Lechuga		Ens Lechuga		Ens Repollo		
	Ens Tomate		Ens Pepino		Ens Tomate		Ens Betarraga		Ens Cebolla asada		
	Ens Choclo		Ens Betarraga		Ens Primavera		Ens Zapallito italiano		Ens Apio cilantro		
Alternativa 1	Salsa italiana				Chapsui de cerdo		Salsa Bountoux		Carne al jugo		
	Spaghetti		Porotos con riendas		Arroz perla		Mostaciolli		Papas fritas (horno)		
Dieta	Salsa italiana (liv)		Pescado al horno (liv)		Pechuga de pollo asada (liv)		Churrasco al jugo (liv)		Carne asada (liv)		
	Spaguetti		Pure de papas		Arroz blanco		Mostaciolli		Cus cus		
Bar de Postres	Jalea		Jalea		Jalea		Jalea		Jalea		
	Mousse		Turrón de vino		Porridge de avena		Suspiro limeño		Kuchen de piña		
	Fruta natural de la estación		Fruta natural de la estación		Fruta natural de la estación		Fruta natural de la estación		Fruta natural de la estación		



**MINUTA: COLEGIO ACADEMIA DE HUMANIDADES
SEPTIEMBRE 2022
ALMUERZO ALUMNOS 1º - 3º BÁSICO**



SEMANA 03	lunes, 12 de sept.	RAC	martes, 13 de sept.	RAC	miércoles, 14 de sept.	RAC	jueves, 15 de sept.	RAC	viernes, 16 de sept.	RAC
Salad Bar	Ens Lechuga		Ens Repollo		Ens Lechuga mix					
	Ens Zanahoria		Ens Pepino		Ens Cebolla cilantro					
	Ens Zapallo italiano		Ens Zanahoria		Ens Apio aceituna					
Alternativa 1	Carbonada de vacuno		Strogonoff de vacuno Espirales zanahoria		Garbanzos a la española					
Dieta	Pastel de papas (liv)		Pescado al horno (liv) Arroz blanco		Juliana de ave (liv) Espirales zanahoria					
Bar de Postres	Jalea		Jalea		Jalea					
	Bavaroise		Cremell		Pastel de manzana					
	Fruta natural de la estación		Fruta natural de la estación		Fruta natural de la estación					
SEMANA 04	lunes, 19 de sept.	RAC	martes, 20 de sept.	RAC	miércoles, 21 de sept.	RAC	jueves, 22 de sept.	RAC	viernes, 23 de sept.	RAC
Salad Bar										
Alternativa 1										
Dieta										
Bar de Postres										



MINUTA: COLEGIO ACADEMIA DE HUMANIDADES
SEPTIEMBRE 2022
ALMUERZO ALUMNOS 1º - 3º BÁSICO



SEMANA 05	lunes, 26 de sept.	RAC	martes, 27 de sept.	RAC	miércoles, 28 de sept.	RAC	jueves, 29 de sept.	RAC	viernes, 30 de sept.	RAC
Salad Bar	Ens Lechuga		Ens Acelga zanahoria		Ens Lechuga		Ens Repollo mix		Ens Mix Lechuga	
	Ens Tomate		Ens Cebolla asada		Ens Pepino		Ens Tomate		Ens Zanahoria	
	Ens Apio aceituna		Ens Betarraga		Ens Zapallito italiano		Ens Porotos negros		Ens Betarraga	
Alternativa 1	Pollo a la mostaza Spaguettis		Porotos con riendas		Pastel de papas		Chapsui de cerdo Arroz baltimore		Pollo a la mostaza Papas fritas (horno)	
Dieta	Filetillo de pollo a la plancha (liv) Arroz blanco		Churrasco al jugo (liv) Spaguettis		Hamburguesa al horno (liv) Verduras salteadas (liv)		Budin de atún (liv) Arroz blanco		Pollo a la plancha Papas cocidas	
Bar de Postres	Jalea		Jalea		Jalea		Jalea		Jalea	
	Piña al jugo		Mousse		Torrta de yogurt		Platano con manjar		Leche asada	
	Fruta natural de la estación		Fruta natural de la estación		Fruta natural de la estación		Fruta natural de la estación		Fruta natural de la estación	

CUADRO DE CONTROL			
CREADA POR DEPTO. TECNICO	REVISADO POR CASINO	RATIFICADA POR SUPERVISOR	APROBADO POR CLIENTE



**MINUTA: COLEGIO ACADEMIA DE HUMANIDADES
SEPTIEMBRE 2022
ALMUERZO ALUMNOS 4º BÁSICO - IV MEDIO**



SEMANA 01						jueves, 01 de sept.	RAC	viernes, 02 de sept.	RAC
Sopa						Sopa / Crema		Sopa / Crema	
Salad Bar						Ens Repollo mix		Ens Lechuga	
						Ens Tomate		Ens Zanahoria	
						Ens Betarraga cilantro		Ens Brocolí Coliflor	
Alternativa 1						Pollo mongoliano		Pulpa de cerdo teriyaki	
						Arroz graneado		Espirales al oregano	
Alternativa 2						Escalopa de vacuno		Pescado frito	
						Verduras al wok		Papas mayo	
Menú Hipocalórico						Pollo asado		Pescado escabechado	
						Ensaladas surtidas		Ensaladas surtidas	
Vegetariano						Guiso de acelga		Hamburguesa de betarraga	
						Arroz graneado		Pure de papas	
Dieta						Juliana de ave (liv)		Pescado al horno (liv)	
						Arroz graneado		Pure de papas	
Bar de Postres						Jalea		Jalea	
						Sémola con leche		Queque zanahoria	
						Fruta natural de la estación		Fruta natural de la estación	



**MINUTA: COLEGIO ACADEMIA DE HUMANIDADES
SEPTIEMBRE 2022
ALMUERZO ALUMNOS 4º BÁSICO - IV MEDIO**



SEMANA 02	lunes, 05 de sept.	RAC	martes, 06 de sept.	RAC	miércoles, 07 de sept.	RAC	jueves, 08 de sept.	RAC	viernes, 09 de sept.	RAC
Sopa	Sopa / Crema		Sopa / Crema		Sopa / Crema		Sopa / Crema		Sopa / Crema	
Salad Bar	Ens Repollo		Ens Lechuga		Ens Mix Lechuga		Ens Lechuga		Ens Repollo	
	Ens Tomate		Ens Pepino		Ens Chilena		Ens Betarraga		Ens Cebolla asada	
	Ens Choclo		Ens Betarraga		Ens Primavera		Ens Zapallito italiano		Ens Apio cilantro	
Alternativa 1	Salsa italiana		Pescado a la vizcaína		Chapsui de cerdo		Salsa Bountoux		Pechuga de pollo al curry	
	Spaghetti		Papas al cilantro		Arroz perla		Mostacioli		Papas fritas (horno)	
Alternativa 2	Huevo frito		Chorizo		Truto de pollo asado		Hamburguesa atomatada		Carne al jugo	
	Charquicán de verduras		Porotos con riendas		Choclo a la crema		Puré de papas		Cus cus con verduras	
Menú Hipocalórico	Huevo cavancha		Pescado al horno		Pechuga de pollo asada		Tomate reina		Omelette de jamón - queso	
	Ensaladas surtidas		Ensaladas surtidas		Ensaladas surtidas		Ensaladas surtidas		Ensaladas surtidas	
Vegetariano	Wraps de verduras (3)		Crutones		Chapsui de verduras		Salsa pomodoro		Omelette de queso - tomate	
			Porotos con riendas		Arroz perla		Mostacioli		Papas fritas (horno)	
Dieta	Salsa italiana (liv)		Pescado al horno (liv)		Pechuga de pollo asada (liv)		Churrasco al jugo (liv)		Carne asada (liv)	
	Spaguetti		Pure de papas		Arroz blanco		Mostacioli		Cus cus	
Bar de Postres	Jalea		Jalea		Jalea		Jalea		Jalea	
	Mousse		Turrón de vino		Porrige de avena		Suspiro limeño		Kuchen de piña	
	Fruta natural de la estación		Fruta natural de la estación		Fruta natural de la estación		Fruta natural de la estación		Fruta natural de la estación	



**MINUTA: COLEGIO ACADEMIA DE HUMANIDADES
SEPTIEMBRE 2022
ALMUERZO ALUMNOS 4º BÁSICO - IV MEDIO**



SEMANA 03	lunes, 12 de sept.	RAC	martes, 13 de sept.	RAC	miércoles, 14 de sept.	RAC	jueves, 15 de sept.	RAC	viernes, 16 de sept.	RAC
Sopa	Sopa / Crema		Sopa / Crema		Sopa / Crema					
Salad Bar	Ens Lechuga		Ens Repollo		Ens Lechuga mix					
	Ens Zanahoria		Ens Pepino		Ens Cebolla cilantro					
	Ens Zapallo italiano		Ens Zanahoria		Ens Apio aceituna					
Alternativa 1	Carbonada de vacuno		Strogonoff de vacuno		Chorizo					
			Espirales zanahoria		Garbanzos a la española					
Alternativa 2	Chuleta a la mostaza		Pollo arvejado		Lasagna bolognesa					
	Arroz perla		Papas leonesas							
Menú Hipocalórico	Hamburguesa casera		Pescado escabechado		Panqueque de carne - verduras					
	Ensaladas surtidas		Ensaladas surtidas		Ensaladas surtidas					
Vegetariano	Pastel de papas (soya)		Crutones		Panqueque de verduras					
			Garbanzos a la española		Espirales zanahoria					
Dieta	Pastel de papas (liv)		Pescado al horno (liv)		Juliana de ave (liv)					
			Arroz blanco		Espirales zanahoria					
Bar de Postres	Jalea		Jalea		Jalea					
	Bavaroise		Cremell		Pastel de manzana					
	Fruta natural de la estación		Fruta natural de la estación		Fruta natural de la estación					



MINUTA: COLEGIO ACADEMIA DE HUMANIDADES
SEPTIEMBRE 2022
ALMUERZO ALUMNOS 4º BÁSICO - IV MEDIO



SEMANA 04	lunes, 19 de sept.	RAC	martes, 20 de sept.	RAC	miércoles, 21 de sept.	RAC	jueves, 22 de sept.	RAC	viernes, 23 de sept.	RAC
Sopa										
Salad Bar										
Alternativa 1										
Alternativa 2										
Menú Hipocalórico										
Vegetariano										
Dieta										
Bar de Postres										



**MINUTA: COLEGIO ACADEMIA DE HUMANIDADES
SEPTIEMBRE 2022
ALMUERZO ALUMNOS 4º BÁSICO - IV MEDIO**



SEMANA 05	lunes, 26 de sept.	RAC	martes, 27 de sept.	RAC	miércoles, 28 de sept.	RAC	jueves, 29 de sept.	RAC	viernes, 30 de sept.	RAC
Sopa	Sopa / Crema		Sopa / Crema		Sopa / Crema		Sopa / Crema		Sopa / Crema	
Salad Bar	Ens Lechuga		Ens Acelga zanahoria		Ens Lechuga		Ens Repollo mix		Ens Mix Lechuga	
	Ens Chilena		Ens Cebolla asada		Ens Pepino		Ens Tomate		Ens Zanahoria	
	Ens Apio aceituna		Ens Betarraga		Ens Zapallito italiano		Ens Porotos negros		Ens Betarraga	
Alternativa 1	Estofado de vacuno		Ragout de ave		Pastel de papas		Chapsui de cerdo		Pollo a la mostaza	
			Arroz graneado				Pure de papas		Mostacioli al oregano	
Alternativa 2	Pollo a la mostaza		Chorizo		Hamburguesa queso		Pescado al limón		Carne al jugo	
	Spaguettis al ciboulette		Lentejas guisadas		Guiso de zapallitos		Arroz baltimore		Papas fritas (horno)	
Menú Hipocalórico	Carne al jugo		Huevo yorkk		Hamburguesa al horno		Pescado al limón		Pollo a la mostaza	
	Ensaladas surtidas		Ensaladas surtidas		Ensaladas surtidas		Ensaladas surtidas		Ensaladas surtidas	
Vegetariano	Quiche de verduras		Crutones		Lasaña de verduras		Chapsui de champiñon		Salsa pesto	
	Arroz graneado		Porotos con riendas				Pure de papas		Mostacioli al oregano	
Dieta	Filetillo de pollo a la plancha (liv)		Churrasco al jugo (liv)		Hamburguesa al horno (liv)		Budin de atún (liv)		Carne asada (liv)	
	Arroz blanco		Spaghetti		Verduras salteadas (liv)		Pure de papas		Papas cocidas	
Bar de Postres	Jalea		Jalea		Jalea		Jalea		Jalea	
	Piña al jugo		Mousse		Torrta de yogurt		Platano con manjar		Leche asada	
	Fruta natural de la estación		Fruta natural de la estación		Fruta natural de la estación		Fruta natural de la estación		Fruta natural de la estación	

CUADRO DE CONTROL			
CREADA POR DEPTO. TECNICO	REVISADO POR CASINO	RATIFICADA POR SUPERVISOR	APROBADO POR CLIENTE