

MINUTA NOVIEMBRE-DICIEMBRE 2022 ALUMNOS Y ALUMNAS
5° BÁSICO A IV° MEDIO COLEGIO SAN FRANCISCO JAVIER

ESTRUCTURA	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 01	VIERNES 02
SOPA	Consomé de verduras	Sopa de vacuno con arroz	Consomé de verduras	Sopa de ave con semola	Consomé de verduras
ENSALADA 1	Ens. Pepino/ cilantro	Ens. Lechuga	Ens. Choclo	Ens. Habas/ cebolla	Ens. Zanahoria/ arvejas
ENSALADA 2	Ens. Repollo	Ens. Tomate	Ens. Apio	Ens. Lechuga/ sesamo	Ens. Apio
ENSALADA 3	Ens. Brocoli/ coliflor	Ens. Zanahoria/ sesamo	Ens. Pepino	Ens. Zanahoria/ zapallito	Ens. Repollo
PLATO DE FONDO (1)	Tallarines con salsa boloñesa	Guiso de lentejas con Hamburguesa	Charquican con huevo	Pastel de choclo	Carbonada de vacuno
PLATO DE FONDO (2)	Emince de ave con Arroz arabe	Budin de pescado con Verduras y quinoa guisadas	Escalopa kayser en escabeche con Arroz zanahoria	Pollo relleno con Pure mixto	Corbatitas con ssa napolitana
HIPOCALORICO	Pavo a la plancha con Ensaladas surtidas	Budin de pescado con Verduras y quinoa guisadas	Omelette con Salpicon de verduras	Pollo relleno con Pure de zapallo	Bife de vacuno con Ensaladas surtidas
POSTRE 1	Yogurt con avena	Cremme selva negra	Leche asada	Queque de yogurt	Cremme chocolate naranja
POSTRE 2	Mousse	Natilla	Flan	Natilla	Leche nevada
POSTRE 3	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
POSTRE 4	Jalea con crema	Jalea con yogurt	Jalea con crema	Jalea con yogurt	Jalea con yogurt
SALSA	SALSA DEL DIA	SALSA DEL DIA	SALSA DEL DIA	SALSA DEL DIA	SALSA DEL DIA
EXTRA 1	PAN NORM./ INTEGR.	PAN NORM./ INTEGR.	PAN NORM./ INTEGR.	PAN NORM./ INTEGR.	PAN NORM./ INTEGR.
EXTRA 2	JUGO	JUGO	JUGO	JUGO	JUGO
EXTRA 3	AGUA S/ GAS	AGUA S/ GAS	AGUA S/ GAS	AGUA S/ GAS	AGUA S/ GAS

**MINUTA NOVIEMBRE-DICIEMBRE 2022 ALUMNOS Y ALUMNAS
1° A 4° BÁSICO COLEGIO SAN FRANCISCO JAVIER**

ESTRUCTURA	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 01	VIERNES 02
ENSALADA 1	Ens. Pepino/ cilantro	Ens. Lechuga	Ens. Choclo	Ens. Habas/ cebolla	Ens. Zanahoria/ arvejas
ENSALADA 2	Ens. Repollo	Ens. Tomate	Ens. Apio	Ens. Lechuga/ sesamo	Ens. Apio
PLATO DE FONDO (1)	Tallarines con salsa boloñesa	Guiso de lentejas con Hamburguesa	Charquican con huevo	Pastel de choclo	Carbonada de vacuno
POSTRE 1	Yogurt con avena	Cremme selva negra	Leche asada	Queque de yogurt	Cremme chocolate naranja
POSTRE 2	Mousse	Natilla	Flan	Natilla	Leche nevada
POSTRE 3	Jalea con crema	Jalea con yogurt	Jalea con crema	Jalea con yogurt	Jalea con yogurt
EXTRA 1	PAN NORM./ INTEGR.	PAN NORM./ INTEGR.	PAN NORM./ INTEGR.	PAN NORM./ INTEGR.	PAN NORM./ INTEGR.
EXTRA 2	AGUA S/ GAS	AGUA S/ GAS	AGUA S/ GAS	AGUA S/ GAS	AGUA S/ GAS