



MINUTA DE ALIMENTACIÓN
COLEGIO SEMINARIO SAN RAFAEL - SEDE VALPARAISO
MES: AGOSTO 2026

Lunes 03	Martes 04	Miércoles 05	Jueves 06	Viernes 07
Salad bar	Salad bar	Salad bar	Salad bar	Salad bar
Pescado crocante c/arroz	Lentejas gratinadas	Mostaccioli alfredo	Escalopa c/puré	Trutro de ave c/papas rústicas
Pescado a las finas hierbas c/verduras salteadas	Palta reina	Zapallito árabe + papa asada	Escalopa c/mix de verduras	Trutro de ave c/mix de vegetales
Durazno en cubitos / Fruta estación	Jalea de frambuesa / Fruta estación	Tutti frutti / Fruta estación	Sopaipillas / Fruta estación	Compota de manzana / Fruta estación
Lunes 10	Martes 11	Miércoles 12	Jueves 13	Viernes 14
Salad bar	Salad bar	Salad bar	Salad bar	Salad bar
Espirales c/salsa al gusto	Cazuela de ave	Carne mongoliana c/arroz perla	Pavo grillé c/papas lyonesas	Sandwich hamburguesa - queso cheddar + papas fritas
Panqueque florentino	Pollo asado c/mix de vegetales	Carne Juliana c/guiso de brócoli - Zanahoria	Pavo grillé c/ravioles de espinaca integrales	Hamburguesa c/tortilla bicolor
Natilla de almendras/ Fruta estación	Helado barquillo/ Fruta estación	Leche asada/ Fruta estación	Cocktail de frutas/ Fruta estación	Naranja glaseada/ fruta estación
Lunes 17	Martes 18	Miércoles 19	Jueves 20	Viernes 21
Salad bar	Salad bar	Salad bar	Salad bar	Salad bar
Pulpa asada c/arroz zanahoria	Porotos a la chilena	Lazagna al gratin	Mechada c/puré	Pizzeta napolitana
Pulpa asada c/mix de vegetales	Pascualina	Asado alemán c/mix de vegetales	Mecahada c/guiso de zapallos italianos	Omelette de champignones
Flan de vainilla / Fruta estación	Jalea de naranja/ Fruta estación	Durazno en cubitos / Fruta estación	Sémola c/caramelo/ Fruta estación	Bavaroise de frutilla / Fruta estación
Lunes 24	Martes 25	Miércoles 26	Jueves 27	Viernes 28
Salad bar	Salad bar	Salad bar	Salad bar	Salad bar
Pastas a la italiana	Charquican c/v+h	Pescado crocante c/arroz	Pollo al jugo c/mostaccioli	Tacos guacamoles
Timbal de quínoa - pollo - morrón	Tortilla de porotos verde - zanahoria + papa al ciboulette	Pescado a las finas hierbas c/bouquetier de verduras	Pollo al jugo c/mix de vegetales	Palta reina s/lechuga - grisines- Huevo
Piña alegre / Fruta estación	Profiterol c/manjar/ Fruta estación	Tutti frutti / Fruta estación	Helado barquillo/ Fruta estación	Jalea / Fruta estación

Lunes 31
Salad bar
Carne asada c/arroz perla
Carne asada c/verduras salteadas
Naranja - plátano / Fruta estación

MSc. Raquel López Alvarado
Magister en Gestión de Servicios de Alimentación y Nutrición
Diplomada en Docencia Universitaria
Nutricionista