

**MINUTA DE ALIMENTACIÓN
COLEGIO SEMINARIO SAN RAFAEL - VALPARAISO
MES: OCTUBRE 2026**



Jueves 01	Viernes 02
Salad bar	Salad bar
Carne al jugo c/arroz perla	Lomito grillé c/papas rústicas
Carne al jugo c/mix de verduras	Lomito grillé c/vegetales frescos
Jalea frambuesa / fruta estación	Flan de vainilla / fruta estación

Lunes 05	Martes 06	Miércoles 07	Jueves 08	Viernes 09
Salad bar	Salad bar	Salad bar	Salad bar	Salad bar
Lentejas gratinadas	Pollo al jugo c/arroz - zanahoria	Escalopa c/puré	Lazagna al gratín	Hamburguesa c/papas fritas
Palta neptuno	Cazuela de ave	Escalopa c/flan brócoli- zanahoria	Asado alemán c/mix de vegetales	Hamburguesa c/guiso de zapallo italiano
Durazno en cubitos / fruta estación	Bavaroise / fruta estación	Helado Barquillo / fruta estación	Jalea /fruta estación	Ensalada de frutas

Lunes 12	Martes 13	Miércoles 14	Jueves 15	Viernes 16
	Salad bar	Salad bar	Salad bar	
FESTIVO	Espirales a la italiana	Pescado crocante c/papas mayo	Pavo grillé c/arroz	
	Palta reina	Pescado a jugo c/vegetales frescos	Pavo grillé c/tortilla de porotos verdes	
	Mousse de chocolate	Jalea / fruta estación	Cocktail de frutas/ fruta estación	

Lunes 19	Martes 20	Miércoles 21	Jueves 22	Viernes 23
Salad bar	Salad bar	Salad bar	Salad bar	Salad bar
Mechada c/primavera de arroz	Porotos a la chilena	Lomito asado c/puré	Fetuccini c/salsa al gusto	Sandwich hamburguesa cheddar pepinillo + papas hilo
Mechada c/tortilla de acelga	Tmbal de quínoa - ave - palta	Lomito asado c/guiso de verduras	Zapallo árabe+ papa dorada	Hamburguesa c/mix de vegetales
Piña alegre / fruta estación	Jalea de frambuesa / fruta estación	Sémola c/caramelo	Helado barquillo/ fruta estación	Tutti frutti

Lunes 26	Martes 27	Miércoles 28	Jueves 29	Viernes 30
Salad bar	Salad bar	Salad bar	Salad bar	Salad bar
Pastas c/salsa alfredo	Charquicán c/v+h	Chop suey de ave c/arroz	Pastel de papas	Tacos guacamole
Causa limena	Panqueque florentino	Pimentón reina	Hamburguesa c/hummus	Pollo grillé c/mix de vegetales
Flan de lúcuma / fruta estación	Profiterol c/manjar / fruta estación	Jalea c/fruta / fruta estación	Naranja glaseada / fruta estación	Natilla de pie de limón / fruta estación