



MINUTA COLEGIO SEMINARIO PADRE HURTADO MARZO 2025 VIVOFOOD



	17-03-2025	18-03-2025	19-03-2025	20-03-2025	21-03-2025
HIPOCALORICO	BROCOLI, ZAPALLITO, ZANAHORIA, LECHUGA y SÉSAMO. PROTEÍNA: TORTILLA VERDURAS	BETERRAGA, POROTOS VERDES LECHUGA, DIENTE DE DRAGÓN, CHOCLO PROTEÍNA: CUBITOS DE POLLO APANADO	LECHUGA, PIMIENTO, TOMATE CONCASÉ, QUESO PARMESANO Y CRUTONES. PROTEÍNA: LOMITOS DE ATÚN	REPOLLO, LECHUGA,, BROCOLI, PEREJIL, PANACHE VERDURAS PROTEÍNA: CROQUETA DE ZANAHORIA.	CHOCLO, ZANAHORIA, LECHUGA, BROCOLI, ARVEJA. PROTEÍNA: ZAPALLITOS RELLENOS
PLATO DE FONDO 1	PASTEL DE PAPAS	POROTOS CON RIENDAS	ALBONDIGAS EN SALSA CON CORBATITAS	POLLO AL LIMON CON PURE DE PAPAS	CHAPSUI DE POLLO CON ARROZ CHAUFAN
PLATO DE FONDO 2	BUDIN DE ZAPALLITO ITALIANO	CARBONADA DE AVE	CUBOS DE CERDO ARVEJADO CON ARROZ EXÓTICO	TOMATICAN DE VACUNO CON ARROZ	
POSTRE	FRUTA A ELECCIÓN	FRUTA A ELECCIÓN	FRUTA A ELECCIÓN	FRUTA A ELECCION	PANQUEQUE CON MANJAR

	24-03-2025	25-03-2025	26-03-2025	27-03-2025	28-03-2025
HIPOCALORICO	COLIFLOR, TOMATE, CEBOLLIN, REPOLLO VERDE, LECHUGA PROTEÍNA: HUEVO A LA PERUANA	APIO, PEPINO, LECHUGA, CHOCLO, ARROZ FRÍO, CIBOULETTE PROTEÍNA: TORTILLA DE VERDURAS	ARVEJAS, CEBOLLA, CILANTRO, LECHUGA, ZANAHORIA, CRUTONES. PROTEÍNA: CUBITOS DE POLLO AL OREGANO SALTEADO	BETERRAGA, ACELGA, LECHUGA, PEPINO, PASTAS TRICOLOR PROTEÍNA: CROQUETA DE VEGETARIANA	LECHUGA, REPOLLO, APIO, PIMIENTO. PROTEÍNA: OMELLETTE CHAMPIÑON
PLATO DE FONDO 1	ESPIRALES CON SALSA BOLOGNESE	GARBANZOS MEDITERRANEOS	ASADO ALEMAN CON PURE DE PAPAS	MERLUZA APANADA CON ARROZ PERLA	POLLO ASADO CON ARROZ BRASILEROY PAPAS
PLATO DE FONDO 2	TORTILLA DE ACELGA CON ARROZ MADRA	BUDIN DE PESCADO CON ARROZ AL CIBOULETTE	RAGOU DE CERDO CON SPAGUETTIAL CIBOULETTE	GUISO DE VERDURAS CON PAPAS RÚSTICAS	
POSTRE	FRUTA A ELECCIÓN	FRUTA A ELECCIÓN	FRUTA A ELECCIÓN	FRUTA A ELECCION	MOUSSE DE FRAMBUESA

	31-03-2025	01-04-2025	02-04-2025	03-04-2025	04-04-2025
HIPOCALORICO	ZANAHORIA, PIMIENTO ROJO, MIX DE REPOLLO, POROTOS VERDES, SÉSAMO PROTEÍNA: CUBITOS DE POLLO SALTEADO	ESPINACA, POROTOS VERDES, TOMATE, LECHUGA, ACEITUNAS, PAPAS PROTEÍNA: HUEVOS DUROS	LECHUGA, PIMENTON, BROCOLI, ZANAHORIA RALLADA, BETERRAGA PROTEÍNA: POLLO APANADO	APIO, TOMATE CONCASÉ, CEBOLLA, PEPINO, CILANTRO PROTEÍNA: CROQUETA DE QUINOA	MIX DE REPOLLO, ZAPALLITO, LECHUGA PRIMAVERA, CRUTONES PROTEÍNA: TORTILLA DE ATÚN
PLATO DE FONDO 1	PASTEL DE CHOCLO	TORTILLA DE ACELGA CON PAPITAS DORADAS	POROTOS GRANADOS	HAMBURGUESAS CASERA NAPOLITANA CON QUIFAROS AL CILANTRO	AJIDE GALLINA CON ARROZ
PLATO DE FONDO 2	POLLO ARVEJADO CON PURE DE PAPAS	LASAÑA CON SALSA BOLOGNESE	CROQUETAS DE PESCADO AL PEREJIL CON ESPIRALES	ESPIRALES BONTÚ	
POSTRE	FRUTA A ELECCIÓN	FRUTA A ELECCIÓN	FRUTA A ELECCIÓN	FRUTA A ELECCION	FLAN DE VAINILLA SALSA FRAMBUESA

Todos Nuestros MENÚS son diseñados y supervisados por nuestra Nutricionista.



Stefannie Castillo
Nutricionista- Asesora de Calidad