

CPV

# Minuta Almuerzos colegio Pedro de Valdivia Providencia

Junio de 2025



Compromiso con la alimentación saludable y equilibrada para nuestros estudiantes



COLEGIO PEDRO DE VALDIVIA PROVIDENCIA

JUNIO 2025 - SEMANA 1

| ITEM                        | LUNES 02                                                                        | MARTES 03                                                                        | MIERCOLES 04                                                                 | JUEVES 05                                                                            | VIERNES 06                                                                  |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| SOPA O CREMA                | Sopa de carne con caracolitos                                                   | Consomé de verduras y pollo                                                      | Crema de choclo                                                              | Sopa de pollo sémola                                                                 | Consomé de vacuno y verduras                                                |
| ENSALADAS                   | Ens. Pepino<br>Ens. Tomate cilantro<br>Ens. Mix lechugas                        | Ens. Repollo morado choclo<br>Ens. Lechuga<br>Ens. Pepino zanahoria              | Ens. Apio<br>Ens. Betarraga sésamo<br>Ens. Zanahoria Aceituna                | Ens. Brócoli<br>Ens. Tomate porotos verdes<br>Ens. Mix lechugas                      | Ens. Apio choclo<br>Ens. Lechuga ciboulette<br>Ens. Betarraga cilantro      |
| TOPPING<br>PLATO DE FONDO   | Crutones Perfumados<br>Pescado a la plancha<br>Salsa bountoux (Pic)             | Crutones Perfumados<br>Charquicán de vacuno (Pic)<br>Pechuga de Pavo asado (Ent) | Crutones Perfumados<br>Pollo en salsa atomatada (Pic)<br>Carne al jugo (Ent) | Crutones Perfumados<br>Hamburguesa Suiza (Mol)<br>Lentejas Guisadas con huevo nevado | Crutones Perfumados<br>Tomaticán de vacuno (Pic)<br>Chuleta al orégano      |
| ACOMPAÑAMIENTO              | Spaguetti<br>Verduras al gratin                                                 | Arroz Piamontesa<br>Mostaccioli                                                  | Arroz Perla<br>Espirales<br>Pastelera de Choclo                              | Arroz Árabe<br>Cuscús primavera                                                      | Arroz Pilaf<br>Papas mediterráneas<br>Espirales                             |
| HIPOCALÓRICO<br>VEGETARIANO | Pescado a la plancha con verduras al romero<br>Tortilla de Acelga con spaguetti | Bowl Pavo Cruton<br>Boloñesa vegetariana con Mostaccioli                         | Pollo al limón con cuscús primavera<br>Seitán mongoliano con arroz perla     | Tortilla de Zanahoria con arroz integral<br>Hamburguesa de lentejas con cuscús       | Tomate relleno con pollo<br>Tomaticán de tofu con papas mediterraneas       |
| POSTRE                      | Jalea sabor piña<br>Helado<br>Compota de manzana                                | Jalea de frambuesa<br>Leche nevada<br>Tutti frutti                               | Jalea bicolor<br>Flan de chocolate<br>Fruta natural                          | Jalea con fruta<br>Bavaroise de naranja<br>Fruta con yogurt                          | Jalea frutilla con chantilly<br>Maicena con mermelada<br>Duraznos con crema |



COLEGIO PEDRO DE VALDIVIA PROVIDENCIA

JUNIO 2025 - SEMANA 2

| ITEM                        | LUNES 09                                                         | MARTES 10                                                                           | MIERCOLES 11                                                               | JUEVES 12                                                             | VIERNES 13                                                                        |
|-----------------------------|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| SOPA O CREMA                | Crema de tomate albahaca                                         | Sopa de carne con sémola                                                            | Consomé de verduras y huevo                                                | Sopa de pollo con caracolitos                                         | Crema florentina                                                                  |
| ENSALADAS                   | Ens. Lechuga<br>Ens. Zanahoria<br>Ens. Pepino                    | Ens. Choclo pimentón<br>Ens. Apio<br>Ens. Tomate cilantro                           | Ens. Repollo blanco<br>Ens. Lechuga Tomate Cherry<br>Ens. Betarraga sésamo | Ens. Tomate porotos verdes<br>Ens. Apio<br>Ens. Repollo morado        | Ens. Lechuga<br>Ens. Betarraga<br>Ceviche Champiñones                             |
| TOPPING<br>PLATO DE FONDO   | Crutones Perfumados<br>Cerdo asado (Ent)<br>Salsa Italiana (Pic) | Crutones Perfumados<br>Pavo arvejado (Pic)<br>Porotos Guisados                      | Crutones Perfumados<br>Rebozado de pollo (Ent)<br>Lasaña boloñesa (Mol)    | Crutones Perfumados<br>Croquetas de atún<br>Carbonada de Vacuno (Pic) | Crutones Perfumados<br>Chapsui de Ave (Pic)<br>Carne Mechada (Ent)                |
| ACOMPAÑAMIENTO              | Arroz al ciboulette<br>Corbatitas<br>Cuscús al pesto             | Arroz Árabe<br>Papas al perejil                                                     | Arroz Piamontesa<br>Acelgas a la crema                                     | Arroz al olivo<br>Quinoa tricolor                                     | Arroz Chaufán<br>Papas al eneldo<br>Puré de Garbanzos                             |
| HIPOCALÓRICO<br>VEGETARIANO | Bowl Cesar<br>Salsa italiana de soya con corbatitas              | Pavo a la plancha con quinoa tricolor<br>Bocaditos de Coliflor con papas al perejil | Omelette choclo tomate<br>Chapsui de tofu con arroz piamontesa             | Tomate relleno con atún<br>Estofado Vegetariano                       | Carne mechada con pure de garbanzos<br>Tortilla de zanahorias con papas al eneldo |
| POSTRE                      | Jalea sabor frutilla<br>Flan de lúcuma<br>Tutti Frutti           | Jalea con mousse de frambuesa<br>Cremé de Nutella<br>Fruta natural                  | Jalea sabor melón tuna<br>Natilla tres leches<br>Compota de pera           | Jalea con fruta<br>Queque de plátano<br>Manzana asada                 | Jalea con yogurt<br>Arroz con leche<br>Macedonia                                  |



COLEGIO PEDRO DE VALDIVIA PROVIDENCIA

JUNIO 2025 - SEMANA 3

| ITEM                        | LUNES 16                                                                         | MARTES 17                                                                         | MIERCOLES 18                                                           | JUEVES 19                                                                                     | VIERNES 20 |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| SOPA O CREMA                | Sopa de carne con verduras                                                       | Crema de verduras                                                                 | Sopa de pollo sémola                                                   | Crema de choclo                                                                               |            |
| ENSALADAS                   | Ens. Repollo morado<br>Ens. Pepino zanahoria<br>Ens. Tomate ciboulette           | Ens. Betarraga cilantro<br>Ens. Lechuga ciboulette<br>Ens. Brócoli                | Ens. Zanahoria choclo<br>Ens. Tomate cilantro<br>Ens. Mix lechugas     | Ens. Apio<br>Ens. Betarraga sésamo<br>Ens. Repollo blanco manzana                             |            |
| TOPPING<br>PLATO DE FONDO   | Crutones Perfumados<br>Pescado Napolitano<br>Salteado de vacuno (Pic)            | Crutones Perfumados<br>Pollo asado (Ent)<br>Lomo Saltado (Pic)                    | Crutones Perfumados<br>Garbanzos Guisados<br>Guiso de Pavo (Pic)       | Crutones Perfumados<br>Albóndigas atomatadas (Mol)<br>Juliana de Pollo al jugo (Pic)          |            |
| ACOMPAÑAMIENTO              | Arroz Zanahoria<br>Espirales al orégano<br>Quinoa primavera                      | Arroz Pilaf<br>Cuscús a la mantequilla<br>Papas doradas                           | Arroz perla<br>Pure Florentino                                         | Arroz exótico<br>Spaguetti al ajillo<br>Pastel de verduras                                    |            |
| HIPOCALÓRICO<br>VEGETARIANO | Pescado asado con quinoa primavera<br>Strogonoff de tofu con arroz con zanahoria | Bowl Jamón Pavo<br>Quiche vegetariano                                             | Guiso de pavo con cuscús<br>Tortilla de porotos verdes con arroz perla | Juliana de Pollo al jugo con pastel de verduras<br>Albóndigas veganas con spaguetti al ajillo |            |
| POSTRE                      | Jalea sabor limón<br>Mousse de berries<br>Fruta natural                          | Jalea sabor frambuesa<br>Sémola con leche y mermelada de frutilla<br>Tutti frutti | Jalea bicolor<br>Helado<br>Compota de manzana                          | Jalea con coco rallado<br>Leche asada<br>Fruta natural                                        |            |



COLEGIO PEDRO DE VALDIVIA PROVIDENCIA

JUNIO 2025 - SEMANA 4

| ITEM                        | LUNES 23                                                                         | MARTES 24                                                                    | MIERCOLES 25                                                                 | JUEVES 26                                                                | VIERNES 27                                                           |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| SOPA O CREMA                | Sopa de carne con caracolitos                                                    | Consomé de verduras y pollo                                                  | Crema de tomate albahaca                                                     | Sopa de carne con arroz                                                  | Consomé al huevo                                                     |
| ENSALADAS                   | Ens. Tomate pesto albahaca<br>Ens. Choclo pimentón<br>Ens. Mix cuatro estaciones | Ens. Lechuga zanahoria ciboulette<br>Ens. Brócoli<br>Ens. Betarraga cilantro | Ens. Repollo morado<br>Ens. Apio<br>Ens. Pepino                              | Ens. Lechuga escarola<br>Ens. Tomate cilantro<br>Ens. Zanahoria Aceituna | Ens. Apio palmito<br>Ens. Chilena<br>Ens. Lechuga costina            |
| TOPPING<br>PLATO DE FONDO   | Crutones Perfumados<br>Vacuno Guisado (Pic)<br>Varitas de merluza                | Crutones Perfumados<br>Pastel de Papas (Mol)<br>Pollo al champiñón (Pic)     | Crutones Perfumados<br>Carne mongoliana (Pic)<br>Pavo a la naranja (Ent)     | Crutones Perfumados<br>Lentejas Guisadas<br>Cerdo en salsa bbq (Pic)     | Crutones Perfumados<br>Carne a la cacerola (Ent)<br>Cazuela de pollo |
| ACOMPAÑAMIENTO              | Arroz árabe<br>Coditos al cilantro<br>Bouquetiere de verduras                    | Arroz graneado<br>Quinoa tricolor                                            | Arroz Chaufán<br>Puré florentino<br>Chapsui de verduras                      | Arroz a la italiana<br>Corbatitas al pesto                               | Arroz al ciboulette<br>Papas Duquesas                                |
| HIPOCALÓRICO<br>VEGETARIANO | Tomate relleno con atún<br>Salsa de soya champiñón con coditos al cilantro       | Wrap de pollo champiñón<br>Pastel de papas vegetariano                       | Pavo a la naranja con chapsui de verduras<br>Tofu teriyaki con arroz chaufán | Bowl Griego<br>Hamburguesa de lentejas con corbatitas al pesto           | Bowl César<br>Zapallos rellenos con quinoa                           |
| POSTRE                      | Jalea sabor manzana<br>Flan de vainilla<br>Compota de pera                       | Jalea con fruta<br>Panna cotta<br>Fruta natural                              | Jalea con yogurt<br>Mousse de chocolate<br>Macedonia                         | Jalea gitana<br>Cremé de Nutella<br>Manzana asada                        | Jalea sabor melón tuna<br>Pie de limón<br>Tutti Frutti               |



COLEGIO PEDRO DE VALDIVIA PROVIDENCIA

JUNIO 2025 - SEMANA 5

| ITEM                        | LUNES 30                                                                     |
|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| SOPA O CREMA                | Sopa de carne con caracolitos                                                |
| ENSALADAS                   | Ens. Lechuga zanahoria<br>Ens. Tomate Cilantro<br>Ens. Repollo morado choclo |
| TOPPING<br>PLATO DE FONDO   | Crutones Perfumados<br>Pollo a la crema (Pic)<br>Salsa Boloñesa (Mol)        |
| ACOMPAÑAMIENTO              | Arroz Zanahoria<br>Espirales<br>Cuscús primavera                             |
| HIPOCALÓRICO<br>VEGETARIANO | Zapallo Italiano relleno<br>Boloñesa vegetariana con espirales               |
| POSTRE                      | Jalea con yogurt<br>Suspiro limeño<br>Macedonia                              |

# Nutrirse bien es sentirse mejor, dentro y fuera del aula

Nuestros menús para docentes combinan sabor, calidad y balance nutricional para acompañar su día con la mejor alimentación.  
**¡Nos vemos en el próximo almuerzo!**



Para dudas o sugerencias, puedes comunicarte con nosotros:

📍 Av. Las Perdices 263, 7860233 Santiago, La Reina, Región Metropolitana

📞 +56 9 6179 2420

🌐 [www.cruxfood.cl](http://www.cruxfood.cl)

📷 [cruxfood](#)

Compromiso con la alimentación saludable y equilibrada para nuestros estudiantes