

MINUTA SAINT GASPAR COLLEGE

MES SEPTIEMBRE 2026									
DIA	ENTRADA	ENSALADAS	ACOMPAÑAMIENTOS	MENÚ 1	MENÚ 2	POSTRE	HIPOCALÓRICO	VEGETARIANO	AGREGADOS
Martes 1	Crema de verduras	Brocoli-Coliflor/ Tomate/ Lechuga	Pure/ Arroz/ Spaguettis	Nuggets	Salsa Bolognesa	Postre de leche/ Jalea/ Fruta de la estación/ Yogurt con fruta picada	Omellete de jamon con papa cocida	Gratin de coliflor c/pure	Pan/ jugo o agua
Miercoles 2	Consome de vacuno	Pepino con tomate/ Choclo/ Lechuga	Arroz Chaufa/ Espirales	Carne mongoliana	Filetito de pollo a la plancha	Cocadas/ fruta picada con Yogurt Jalea/ Fruta de la estación	Ensalada Cesar	Hamburguesa de soya c/espirales	Pan/ jugo o agua
Jueves 3	Consome de pollo	Habas con Cebolla/ Apio/ Tomate	Arroz/ Quifaros/ papas al romero	Papas rellenas de pino	Croquetas de Atun	Postre de leche/ Jalea/ Fruta de la estación/ Yogurt con fruta picada	Pechuga a la plancha con papa al romero	Tortilla de verduras con arroz	Pan/ jugo o agua
Viernes 4	Consome de pollo	Zanahoria/ Lechuga/	Papas fritas/ Arroz	Pollo asado	Lomo de cerdo al jugo	Postre de leche/ Jalea/Fruta de la estación/ Helado	Omelette de champiñon con ensaladas	Omelette de champiñon con papas fritas	Pan/ jugo o agua
Lunes 7	Consome de pollo	Mix de repollo / Tomate/ Choclo	Papas al Romero/ Arroz/ Corbatitas	Salsa Bolognesa	Filetitos de pollo	Postre de leche/ Jalea/ Fruta de la estación/ Yogurt con fruta picada	Filetitos de pollo con verduras salteadas	Tortilla de porotos verdes con papa al romero	Pan/ jugo o agua
Martes 8									
Miércoles 9	Crema de verduras	Lechuga/ Betarraga/ Pepino	Arroz Chaufa/ Spaguettis/	Chapsui de pollo	Salsa Alfredo	Postre de leche/ Jalea/ Fruta de la estación/ Yogurt con fruta picada	Ensalada Cesar	Fritos de Coliflor con papa dorada	Pan/ jugo o agua
Jueves 10 Día DE LA CHILENIDAD	Consome de pollo	Pebre	Papas fritas y arroz	Choripan y Empanada frita de pino	Choripan y Empanada frita de queso	Mote c/huesillo/ Jalea/Fruta de la estacion/ Helado	Pechuga a la plancha con papa al perejil	Empanada de queso	Pan/ jugo o agua
Viernes 11	SOLO SERVICIO CAFETERIA	SOLO SERVICIO CAFETERIA	SOLO SERVICIO CAFETERIA	SOLO SERVICIO CAFETERIA	SOLO SERVICIO CAFETERIA	SOLO SERVICIO CAFETERIA	SOLO SERVICIO CAFETERIA	SOLO SERVICIO CAFETERIA	SOLO SERVICIO CAFETERIA
Lunes 21	Consomé o Crema	Repollo/ Lechuga/ tomate	Espirales, Arroz, papas doradas	Pechuga a la plancha	Cazuela de vacuno	Postre de leche/ Jalea/ Fruta de la estación/ Yogurt con fruta picada	Tomate relleno en colchon de hojas verdes	Hamburguesa de garbanzos con fideos	Pan/ jugo o agua
Martes 22	Consomé o Crema	Betarraga/ Pepino Lechuga	Quifaros/ Arroz/	Charquican con huevo (optativo)	Strogonof de vacuno	Postre de leche/ Jalea/ Fruta de la estación/ Yogurt con fruta picada	Omellete de jamon de pavo con papas doradas	Tortilla de porotos verdes con quifaros	Pan/ jugo o agua
Miercoles 23	Consomé o Crema	Coliflor- Brocoli/ Zanahoria/ Tomate	Spaguettis/ Arroz	Pastel de papas	Salteado de ave con spaguettis	Piña con Crema/ fruta picada con Yogurt Jalea/ fruta de la estación	Ensalada Cesar	Hamburguesas de soya Arroz	Pan/ jugo o agua
Jueves 24	Consomé o Crema	Apio/ Zanahoria/ Habas con cebolla	Arroz/ fideos/ Papa cocida	Pollo al Limon con corbatitas	Pimenton relleno	Postre de leche/ Jalea/ Fruta de la estación/ Yogurt con fruta picada	Huevo duro, jamon y vegetales	Fritos de acelga y zanahoria con papa cocida	Pan/ jugo o agua
Viernes 25	Consomé o Crema	Pepino/ Tomate/ Repollo	Papas fritas/ Arroz/	Pechuga Apanada con papas fritas	Carne al jugo con arroz	Postre de leche/ Jalea/Fruta de la estación/ Helado	Ensalada Cesar	Omellete de champiñon con papas fritas	Pan/ jugo o agua
Lunes 28	Consomé o Crema	Tomate/ Pepino/ Lechuga	Espirales/ Papas Rústicas/ Arroz	Filetitos de pollo	Carbonada	Postre de leche/ Jalea/ Fruta de la estación/ Yogurt con fruta picada	Omelette de jamon con verduras saltadas	Omellete de choclo con papa rustica	Pan/ jugo o agua
Martes 29	Consomé o Crema	Choclo/ Lechuga/ Tomate	Quifaros/ Arroz	Ajiaco	Pollo al limon	Postre de leche/ Jalea/ Fruta de la estación/ Yogurt con fruta picada	Pechuga a la plancha con ensaladas	Hamburguesas de soya con arroz	Pan/ jugo o agua
Miercoles 30	Consomé o Crema	Betarraga/ Pepino Lechuga	Pure/ Arroz/ Quifaros	Pollo Asado	Croquetas de Atun	Pie de Limon/ Jalea/ Fruta de la estación/ Yogurt con fruta picada	Ensalada Cesar	Tortilla de porotos verdes con pure	Pan/ jugo o agua