

MINUTA: COLEGIO LA GIROUETTE
NOVIEMBRE 2025
ALMUERZO 3° BÁSICO A 4° MEDIO



SEMANA 01	Lunes 03 de Noviembre	RAC	Martes 04 de Noviembre	RAC	Miércoles 05 de Noviembre	RAC	Jueves 06 de Noviembre	RAC	Viernes 07 de Noviembre	RAC
Sopa	Sopa/Crema		Sopa/Crema		Sopa/Crema		Sopa/Crema		Sopa/Crema	
Salad Bar	Lechuga		Lechuga		Lechuga		Lechuga		Lechuga	
	Tomate		Tomate		Tomate		Tomate		Tomate	
	Zanahoria / Acelga		Mediterranea/Apio		Pepino / Pasta Griega		Brocoli / Mix Otoñal		Betarraga / Cochayuyo	
Alternativa 1	Suprema al Cilantro con Arroz		Carne al Jugo con Spaguetti		Cerdo a la Mostaza con Arroz Arabe		Pastel de Papa		Hamburguesa Caseras con Papas Horneadas	
Alternativa 2	Lentejas Caseras		Charquican con Iluvia de Huevo		Omelette de Verduras con Guiso de Quinoa		Budin de Pescado con Verduras Salteadas		Arroz Chaufa	
Hipocalórico	Huevo Duro con Mix de Vegetales		Tomate Relleno con Mix de Vegetales		Fajitas con Mix de Vegetales		Timbal con Mix de Vegetales		Hamburguesa con Mix de Vegetales	
Vegetariano	Lentejas Caseras		Charquican con Iluvia de Huevo		Omelette de Verduras con Guiso de Quinoa		Croquetas de Choclo con Papas Doradas		Chaufa Vegetariano	
Dieta	Filetillo con Arroz		Carne al Jugo con Pasta		Pescado con Papas		Aguadito de Pollo		Carne Salteada con Arroz	
Bar de Postres	Jalea		Jalea		Jalea		Jalea		Jalea	
	Macedonia		Macedonia		Macedonia		Macedonia		Macedonia	
	Fruta entera		Fruta entera		Fruta entera		Fruta entera		Fruta entera	
	Arroz con Leche		Flan		Creme Brule		Semola con Leche		Torta de Galleta	

MINUTA: COLEGIO LA GIROUETTE
NOVIEMBRE 2025
ALMUERZO 3° BÁSICO A 4° MEDIO



SEMANA 02	Lunes 10 de Noviembre	RAC	Martes 11 de Noviembre	RAC	Miércoles 12 de Noviembre	RAC	Jueves 13 de Noviembre	RAC	Viernes 14 de Noviembre	RAC
Sopa	Sopa/Crema		Sopa/Crema		Sopa/Crema		Sopa/Crema		Sopa/Crema	
Salad Bar	Lechuga		Lechuga		Lechuga		Lechuga		Lechuga	
	Tomate		Tomate		Tomate		Tomate		Tomate	
	Pepino/ Repollo Mix		Pasta Griega / Cochayuyo		Betarraga/ Habas		Zanahoria / Acelga		Meditarreneas/Apio	
Alternativa 1	Filetillo Apanado con Arroz Arabe		Albondigas Arvejadas con Papas Rusticas		Escalopa York con Arroz Perla		Asado Aleman con Espagueti		Pollo Asado con Papas Horneadas	
Alternativa 2	Pantrucas de Vacuno		Enrejado de Acelga con Verduras Salteadas		Pastel Azteca		Feijoada		Ravioles con Salsa Italiana	
Hipocalórico	Filetillo Apanado con Mix de Vegetales		Palta Reina con Mix de Vegetales		Huevo York con Mix de Vegetales		Tomate Relleno con Mix de Vegetales		Pollo Asado con Mix de Vegetales	
Vegetariano	Pantrucas Vegetarianas		Enrejado de Acelga con Verduras Salteadas		Guiso de Quinoa con Papas		Feijoada Vegetariana		Ravioles con Salsa Italiana	
Dieta	Pantrucas		Carne Salteada con Papas		Filetillo con Arroz		Pescado con Pasta		Suprema a la Plancha con Papas	
Bar de Postres	Jalea		Jalea		Jalea		Jalea		Jalea	
	Macedonia		Macedonia		Macedonia		Macedonia		Macedonia	
	Fruta entera		Fruta entera		Fruta entera		Fruta entera		Fruta entera	
	Arroz con Leche		Panacotta		Sémola con Leche		Leche Asada		Helado	

MINUTA: COLEGIO LA GIROUETTE
NOVIEMBRE 2025
ALMUERZO 3° BÁSICO A 4° MEDIO



SEMANA 03	Lunes 17 de Noviembre	RAC	Martes 18 de Noviembre	RAC	Miércoles 19 de Noviembre	RAC	Jueves 20 de Noviembre	RAC	Viernes 21 de Noviembre	RAC
Sopa	Sopa/Crema		Sopa/Crema		Sopa/Crema		Sopa/Crema		Sopa/Crema	
Salad Bar	Lechuga		Lechuga		Lechuga		Lechuga		Lechuga	
	Tomate		Tomate		Tomate		Tomate		Tomate	
	Pepino/ Brocoli		Zanahoria/ Espirales		Repollo Mix/Betarraga		Cochayuyo/Primavera		Meditarreneas/Apio	
Alternativa 1	Croquetas de Pavo con Arroz Amarillo		Tomatitan con Papas Rusticas		Salsa Bolognesa con Spaguetti		Suprema Arvejada con Arroz		Pavo al Jugo con Papas Horneadas	
Alternativa 2	Menestrone de Vacuno		Budin de Coliflor con Cuscus		Budín de Pescado con Verduras Salteadas		Garbanzos guisados		Tallarín Salteado	
Hipocalórico	Timbal con Mix de Vegetales		Fajitas con Mix de Vegetales		Huevo Relleno con Mix de Vegetales		Palta Rellena con Mix de Vegetales		Pavo al Jugo con mix de vegetales	
Vegetariano	Menestrone Vegetariano		Budin de Coliflor con Cuscus		Ravioles con Salsa Vegetariana		Garbanzos guisados		Verduras Thai con Papas Horneadas	
Dieta	Carne salteada con Arroz		Filetillo con Papas		Pescado con Pasta		Aguadito de Pollo		Pavo con Papas	
Bar de Postres	Jalea		Jalea		Jalea		Jalea		Jalea	
	Fruta Entera		Fruta Entera		Macedonia		Fruta Entera		Macedonia	
	Macedonia		Macedonia		Fruta Entera		Macedonia		Fruta Entera	
	Arroz con Leche		Crema Brulee		Flan		Semola con Leche		Torta de Yogurt	

MINUTA: COLEGIO LA GIROUETTE
NOVIEMBRE 2025
ALMUERZO 3° BÁSICO A 4° MEDIO



SEMANA 04	Lunes 24 de Noviembre	RAC	Martes 25 de Noviembre	RAC	Miércoles 26 de Noviembre	RAC	Jueves 27 de Noviembre	RAC	Viernes 28 de Noviembre	RAC
Sopa	Sopa/Crema		Sopa/Crema		Sopa/Crema		Sopa/Crema		Sopa/Crema	
Salad Bar	Lechuga		Lechuga		Lechuga		Lechuga		Lechuga	
	Tomate		Tomate		Tomate/cebolla		Tomate		Tomate	
	Zanahoria/Primavera		Acelga/Papasmayo		Brocoli /Apio		Mix Otoñal/Pepino		Quinoa/Cochayuyo	
Alternativa 1	Salsa Alfredo con Spaguetti		Aji de Gallina con Arroz		Lasaña Boloñesa		Hamburguesas de Pavo con Arroz Amarillo		Cerdo Adobado con papas Horneadas	
Alternativa 2	Budin de Zapallito con Papas		Porotos con Rienda		Croquetas de Pescado con Papas		Ajiaco de Vacuno		Caracoquesos	
Hipocalórico	Tomate Relleno con Mix de Vegetales		Filetillo Grillado con Mix de Vegetales		Croquetas de Pescado con Mix de Vegetales		Fajitas con Mix de Vegetales		Cerdo Adobado con Mix de Vegetales	
Vegetariano	Guiso de Zapallito con Papas		Porotos con Rienda		Lasaña Vegetariana		Omelette de Verduras con Arroz Amarillo		Caracoquesos	
Dieta	Filetillo con Pasta		Pescado al Jugo con Arroz		Churrasco con Papas		Suprema a la Plancha con Arroz		Carne Salteada con Pasta	
Bar de Postres	Jalea		Jalea		Jalea		Jalea		Jalea	
	Macedonia		Macedonia		Macedonia		Macedonia		Macedonia	
	Fruta Entera		Fruta Entera		Fruta Entera		Fruta Entera		Fruta Entera	
	Arroz con Leche		Panacotta		Mousse		Leche Asada		Helado	