

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



SEMANA 01	Lunes 29 de Septiembre	RAC	Martes 30 de Septiembre	RAC	Miércoles 01 de Octubre	RAC	Jueves 02 de Octubre	RAC	Viernes 03 de Octubre	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/Pepino		Coleslaw/Beterraga		Cochayuyo/ Acelga		Apio/ Coliflor		Habas/ Mediterranea	
Alternativa 1	Cerdo Mongoliano con Arroz Chaufan		Carne al Jugo con Pure		Filetillo a la Mostaza con Spaguetti		Croquetas de Pavo con Arroz		Chuletas BBQ con Papas Horneadas	
Alternativa 2	Guiso de Poroto Verde con Papas Grilladas		Porotos Granados		Budin de Acelga con Papas Rusticas		Lentejas a la Parmesana		Ravioles con Salsa Pomodoro	
Hipocalórico	Tomate Relleno con Mix de Vegetales		Carne al jugo con Mix de Vegetales		Huevo Relleno con Mix de Vegetales		Timbal con Mix de Vegetales		Chuletas BBQ Mix de Vegetales	
Vegetariano	Guiso de Poroto Verde con Papas Grilladas		Porotos Granados		Budin de Acelga con Papas Rusticas		Lentejas a la Parmesana		Toffu Thai con Papas Horneadas	
Dieta	Filetillo con arroz		Carne Salteada con Papas		Pescado con Pasta		Aguadito de Pollo		Carne 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		Mousse		Semola con Leche		Creme Brule		Torta de Chocolate	

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



SEMANA 02	Lunes 06 de Octubre	RAC	Martes 07 de Octubre	RAC	Miércoles 08 de Octubre	RAC	Jueves 09 de Octubre	RAC	Viernes 10 de Octubre	RAC
Sopa	Sopa/Crema		Sopa/Crema		Sopa/Crema		Sopa/Crema		Sopa/Crema	
Salad Bar	Lechuga		Lechuga		Lechuga		Lechuga		Lechuga	
	Tomate		Tomate		Tomate		Tomate		Tomate	
	Repollo Mix / Cuscus		Zanahoria / Porotos Verdes		Betarraga / Apio		Pepino / Mediterranea		Cochayuyo / Pepino	
Alternativa 1	Suprema al Cilantro con Arroz		Strogonoff de Vacuno con Papas		Salsa Boloñesa con Espirales		Cerdo al Curry con Arroz Arabe		Pollo Asado con Papas Horneadas	
Alternativa 2	Garbanzos Guisados		Cazuela de Ave		Charquican con Lluvia de huevo		Porotos con Rienda		Spaguetti Thai	
Hipocalórico	Suprema con Mix de Vegetales		Fajita con Mix de Vegetales		Palta Reina con Mix de Vegetales		Cerdo a la Mostaza con Mix de Vegetales		Pollo Asado con Mix de Vegetales	
Vegetariano	Garbanzos Guisados		Berenjenas Apanadas con Verduras Salteadas		Charquican con Lluvia de huevo		Porotos con Rienda		Spaguetti Thai Vegetariano	
Dieta	Churrasco con Arroz		Cazuela de Ave		Pescado con Pasta		Carne con papas		Suprema con Arroz	
Bar de Postres	Jalea		Jalea		Jalea		Jalea		Jalea	
	Macedonia		Macedonia		Macedonia		Fruta entera		Fruta entera	
	Fruta entera		Fruta entera		Fruta entera		Macedonia		Macedonia	
	Arroz con Leche		Crepe Brule		Panacotta		Semola con Leche		Torta Tres Leches	

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



SEMANA 03	Lunes 13 de Octubre	RAC	Martes 14 de Octubre	RAC	Miércoles 15 de Octubre	RAC	Jueves 16 de Octubre	RAC	Viernes 17 de Octubre	RAC
Sopa	Sopa/Crema		Sopa/Crema		Sopa/Crema		Sopa/Crema		Sopa/Crema	
Salad Bar	Lechuga		NO APLICA		Lechuga		Lechuga		NO APLICA	
	Tomate		NO APLICA		Tomate		Tomate		NO APLICA	
	Zanahoria/ Pepino		NO APLICA		Papasmayo/ Habas		Mix Otoñal / Coliflor		NO APLICA	
Alternativa 1	Salsa Alfredo con Spaguetti		NO APLICA		Pavo Asado con Pure		Pollo Almendrado con Arroz		NO APLICA	
Alternativa 2	Guiso de Zapallitos con Arroz		NO APLICA		Carbonada de Vacuno		Porotos con Mote		NO APLICA	
Hipocalórico	Budin de Verduras con Mix de Vegetales		NO APLICA		Cerdo Asado con Mix de Vegetales		Huevo Duro con Mix de Vegetales		NO APLICA	
Vegetariano	Budin de Verduras con Arroz		NO APLICA		Revuelto de Verduras con Pure		Porotos con Mote		NO APLICA	
Dieta	Filetillo con Arroz		NO APLICA		Carbonada de Vacuno		Churrasco con Pasta		NO APLICA	
Bar de Postres	Jalea		NO APLICA		Jalea		Jalea		NO APLICA	
	Macedonia		NO APLICA		Macedonia		Macedonia		NO APLICA	
	Fruta entera		NO APLICA		Fruta entera		Fruta entera		NO APLICA	
	Arroz con Leche		NO APLICA		Flan		Semola con leche		NO APLICA	

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



SEMANA 04	Lunes 20 de Octubre	RAC	Martes 21 de Octubre	RAC	Miércoles 22 de Octubre	RAC	Jueves 23 de Octubre	RAC	Viernes 24 de Octubre	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	
	Pepino/ Repollo Mix		Pasta Griega / Acelga		Betarraga/Choclo		Zanahoria / Acelga		Papasmayo / Apio	
Alternativa 1	Salsa Boloñesa con Spaguetti		Carne Atomatada con Pure		Filetillo Mongoliano con Arroz		Lasaña Boloñesa		Cerdo Adobado con Papas Horneadas	
Alternativa 2	Lentejas Caseras		Humitas		Pescado Escabechado con Papas		Estofado de Pavo		Caracoquesos	
Hipocalórico	Timbal con Mix de Vegetales		Huevo Relleno con Mix de Vegetales		Gohan con Mix de Vegetales		Tomate Relleno con Mix de Vegetales		Cerdo Adobado con Mix de Vegetales	
Vegetariano	Lentejas caseras		Humitas		Aji de Repollo con Arroz		Lasaña Vegetariana		Caracoquesos	
Dieta	Filetillo con Arroz		Carne Salteada con Papas		Pescado con Arroz		Suprema a la plancha con Pasta		Aguadito de Pollo	
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		Flan		Semola con Leche		Torta de zanahoria	

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



Semana 05	Lunes 27 de Octubre	RAC	Martes 28 de Octubre	RAC	Miércoles 29 de Octubre	RAC	Jueves 30 de Octubre	RAC	Viernes 31 de Octubre	RAC
Sopa	Sopa/Crema		Sopa/Crema		Sopa/Crema		Sopa/Crema		Sopa/Crema	
Salad Bar	Lechuga		Lechuga		Lechuga		Lechuga		NO APLICA	
	Tomate		Tomate		Tomate		Tomate		NO APLICA	
	Zanahoria / Acelga		Mix Otoñal/ Pasta Griega		Garbanzos Escabechados / Apio		Betarraga / Pepino		NO APLICA	
Alternativa 1	Cerdo Tropical con Espagueti		Aji de Gallina con Arroz		Tomatican con Papas Rusticas		Albondigas con Espirales		NO APLICA	
Alternativa 2	Ajiaco de Vacuno		Garbanzos Guisados		Budin de Coliflor con Cuscus		Pantrucas		NO APLICA	
Hipocalórico	Canastillos con Mix de Vegetales		Huevo Duro con mix de vegetales		Palta Reina con Mix de Vegetales		Timbal con Mix de Vegetales		NO APLICA	
Vegetariano	Ajiaco Vegetariano		Garbanzos Guisados		Budin de Coliflor con Choclo Cremoso		Ravioles con Salsa Italiana		NO APLICA	
Dieta	Churrasco con Arroz		Pescado al Jugo con Papas		Aguadito de Pollo		Filetillo con Arroz		NO APLICA	
Bar de Postres	Jalea		Jalea		Jalea		Jalea		NO APLICA	
	Macedonia		Macedonia		Macedonia		Macedonia		NO APLICA	
	Fruta entera		Fruta entera		Fruta entera		Fruta entera		NO APLICA	
	Arroz con Leche		Crepe Brule		Semola con Leche		Leche Asada		NO APLICA	