# MINUTA: COLEGIO LA GIROUETTE
# NOVIEMBRE 2026
# ALMUERZO 3° BÁSICO A 4° MEDIO

| SEMANA 01 | Lunes 02 de Noviembre | RAC | Martes 03 de Noviembre | RAC | Miércoles 04 de Noviembre | RAC | Jueves 05 de Noviembre | RAC | Viernes 06 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 | | Albondigas Caseras con Espirales al Pesto | | Pastel de Papa | | Pollo Almendrado con Arroz | | Carne al Jugo con Papas Horneadas | |
| **Alternativa 2** | Lentejas Caseras | | Charquican con lluvia 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 | | Hummus con Mix de Vegetales | | Carne al Jugo con Mix de Vegetales | |
| **Vegetariano** | Lentejas Caseras | | Charquican con lluvia de Huevo | | Omelette de Verduras con Guiso de Quinoa | | Croquetas de Choclo con Arroz | | Chaufa Vegetariano | |
| **Dieta** | Filetillo con Arroz | | Carne Salteada con Pasta | | Aguadito de Pollo | | Carne Salteada con Arroz | | Filetillo 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 | |
| | Flan | | Arroz con Leche | | Creme Brule | | Semola con Leche | | Torta de Chocolate | |

# MINUTA: COLEGIO LA GIROUETTE
# NOVIEMBRE 2026
# ALMUERZO 3° BÁSICO A 4° MEDIO

| SEMANA 02 | Lunes 09 de Noviembre | RAC | Martes 10 de Noviembre | RAC | Miércoles 11 de Noviembre | RAC | Jueves 12 de Noviembre | RAC | Viernes 13 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 | | Meditarrenea/Apio | |
| **Alternativa 1** | Salsa Boloñesa con Spaguetti | | Filetillo Apanado con Arroz | | Escalopa York con Espirales | | Asado Aleman con Arroz | | Pollo Asado con Papas Horneadas | |
| **Alternativa 2** | Carbonada de Vacuno | | Enrejado de Acelga con Verduras Salteadas | | Feijoada | | Pastel Azteca | | Ravioles con Salsa Italiana | |
| **Hipocalórico** | Fajitas con Mix de Vegetales | | Palta Reina con Mix de Vegetales | | Huevo York con Mix de Vegetales | | Croquetas de Choclo con Mix de Vegetales | | Pollo Asado con Mix de Vegetales | |
| **Vegetariano** | Carbonada Vegetarianas | | Enrejado de Acelga con Verduras Salteadas | | Feijoada Vegetariana | | Champiñones Salteados con Arroz | | Ravioles con Salsa Italiana | |
| **Dieta** | Pantrucas | | Filetillo con Arroz | | Carne Salteada con Pasta | | Aguadito de Pollo | | 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 | |
| | Leche Asada | | Panacotta | | Sémola con Leche | | Arroz con Leche | | Torta de Yogurt | |

# MINUTA: COLEGIO LA GIROUETTE
# NOVIEMBRE 2026
# ALMUERZO 3° BÁSICO A 4° MEDIO

| SEMANA 03 | Lunes 16 de Noviembre | RAC | Martes 17 de Noviembre | RAC | Miércoles 18 de Noviembre | RAC | Jueves 19 de Noviembre | RAC | Viernes 20 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/ Lentejas Escabechadas | | Repollo Mix/Betarraga | | Cochayuyo/ Pasta Griega | | Coleslaw /Apio | |
| **Alternativa 1** | Suprema Escabechada con Espirales | | Tomatican con Arroz | | Cerdo Adobado con Quifaros | | Pollo a las Finas Hierbas con Pure | | Pavo al Jugo con Papas Horneadas | |
| **Alternativa 2** | Menestrone de Vacuno | | Budin de Coliflor con Cuscus | | Budín de Pescado con Verduras Salteadas | | Garbanzos guisados | | Tallarin Salteado | |
| **Hipocalórico** | Canastillos con Mix de Vegetales | | Timbal con Mix de Vegetales | | Torta Fria con Mix de Vegetales | | Bocado de Atun con Mix de Vegetales | | Huevo Duro con Mix de Vegetales | |
| **Vegetariano** | Menestrone Vegetariano | | Budin de Coliflor con Cuscus | | Revuelto de Verduras con Quifaros | | Garbanzos guisados | | Verduras Thai con Papas Horneadas | |
| **Dieta** | Filetillo con Arroz | | Carne Salteada con Papas | | Aguadito de Pollo | | Filetillo con Papas | | 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 | |
| | Flan | | Creme Brule | | Arroz con Leche | | Semola con Leche | | Torta de Yogurt | |

# MINUTA: COLEGIO LA GIROUETTE
# NOVIEMBRE 2026
# ALMUERZO 3° BÁSICO A 4° MEDIO

| SEMANA 04 | Lunes 23 de Noviembre | RAC | Martes 24 de Noviembre | RAC | Miércoles 25 de Noviembre | RAC | Jueves 26 de Noviembre | RAC | Viernes 27 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 | | Betarraga /Cochayuyo | |
| **Alternativa 1** | Salsa Alfredo con Spaguetti | | Aji de Gallina con Arroz | | Lasaña Boloñesa | | Hamburguesas Casera con Arroz Amarillo | | Cerdo Asado con papas Horneadas | |
| **Alternativa 2** | Budin de Zapallito con Papas | | Porotos con Rienda | | Croquetas de Pescado con Papas | | Tortillas de Verduras con Quinoa | | Caracoquesos | |
| **Hipocalórico** | Tomate Relleno con Mix de Vegetales | | Filetillo Grillado con Mix de Vegetales | | Gohan con Mix de Vegetales | | Fajitas con Mix de Vegetales | | Cerdo Asado con Mix de Vegetales | |
| **Vegetariano** | Budin de Zapallito con Papas | | Porotos con Rienda | | Lasaña Vegetariana | | Tortillas de Verduras con Quinoa | | Caracoquesos | |
| **Dieta** | Filetillo con Pasta | | Aguadito de Pollo | | Carne Salteada con Papas | | Suprema a la Plancha con Arroz | | Carne Salteada 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 | |
| | Panacotta | | Leche Asada | | Arroz con Leche | | Semola con Leche | | Torta de Zanahoria | |

| SEMANA 05 | Lunes 30 de Noviembre | RAC | Martes 01 de Diciembre | RAC | Miércoles 02 de Diciembre | RAC | Jueves 03 de Diciembre | RAC | Viernes 04 de Diciembre | RAC |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Sopa** | **Sopa/Crema** | | **Sopa/Crema** | | **Sopa/Crema** | | **Sopa/Crema** | | **Sopa/Crema** | |
| **Salad Bar** | Lechuga | | | | | | | | | |
| | Tomate | | | | | | | | | |
| | Zanahoria / Acelga | | | | | | | | | |
| **Alternativa 1** | Pechuga a la Mostaza con Espirales | | | | | | | | | |
| **Alternativa 2** | Lentejas Caseras | | | | | | | | | |
| **Hipocalórico** | con Mix de Vegetales | | | | | | | | | |
| **Vegetariano** | Lentejas Caseras | | | | | | | | | |
| **Dieta** | Filetillo con Pasta | | | | | | | | | |
| **Bar de Postres** | Jalea | | | | | | | | | |
| | Macedonia | | | | | | | | | |
| | Fruta Entera | | | | | | | | | |
| | Flan | | | | | | | | | |