

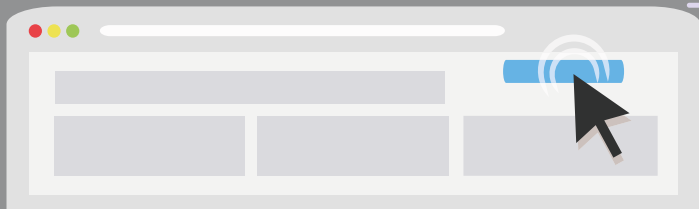
Marzo  
2025



COLEGIO  
SAN PEDRO  
NOLASCO

# Minuta Almuerzo

Adquiere tus tickets en:  
[mediterranea-educa.cl](http://mediterranea-educa.cl)



¿Tienes dudas o consultas?

Contáctanos a nuestra línea  
de atención:

Correo:  
[soporte.educa@mediterranea-group.cl](mailto:soporte.educa@mediterranea-group.cl)

Teléfono:  
+56 964251282

*\*(horario de lunes a viernes de 9h a 16h)*



Valor ticket  
**4.680**

**¿Olvidaste comprar el ticket?**

Recuerda que esto genera demoras y reduce  
tu tiempo de almuerzo. Debes esperar el  
depósito de tu apoderado para retirar la  
bandeja.

**Solución: Llama a tu apoderado y compra  
el ticket en la web lo antes posible.**

Te recomendamos revisar tu cuenta con  
anticipación para evitar bloqueos.

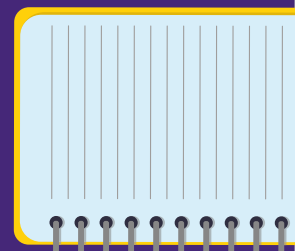
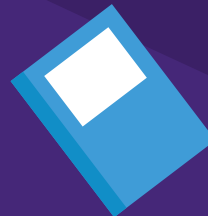
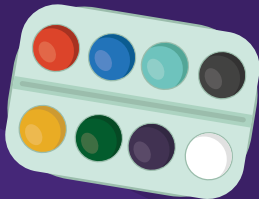
¡Síguenos en nuestras redes!

 [mediterranea\\_chile](https://www.instagram.com/mediterranea_chile)

 [Mediterránea Chile](https://www.linkedin.com/company/mediterranea-chile)

 [www.mediterranea-group.cl](http://www.mediterranea-group.cl)

mediterránea



mediterránea

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>SALAD BAR</b>		Lechugas mixtas Brócoli Zanahoria Pepino	Lechuga costina Mix de repollo Apio Betarraga	Lechuga escarola Tomate Cebolla con cilantro Porotos verdes	Lechugas mixtas Betarraga con arvejas Pepino Zanahoria
<b>SALSAS</b>		Limoneta con albahaca Salsa yogurt ciboulette	Limoneta Salsa yogurt comino	Limoneta con cilantro Salsa yogurt cúrcuma	Salsa de yogurt cilantro Pebre
<b>PLATO DE FONDO</b>	<b>HORARIO ESPECIAL</b>	Asado alemán Quesadilla jamón queso y verduras	Vacuno mechado Escalopa de cerdo	Curry de pollo Porotos granados al pilco	Varitas de merluza Canelones boloñesa
<b>ACOMPAÑAMIENTO</b>		Arroz con pimentones Papas bastón horneadas	Mostaccioli Flan de zapallo camote acelga	Puré de papas	Arroz graneado
<b>VEGETARIANO</b>		Omelette de champiñón queso	Hamburguesa de quinoa y porotos verdes Pancota con salsa de berries (casero)	Porotos granados al pilco	Canelones boloñesa con carne de soya
<b>POSTRES</b>		Budín de manzana Bavarois Jalea diet Variedad de fruta natural	Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Queque Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural	Pastel de naranja Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural
<b>SALAD BAR</b>	Lechuga costina Apio Tomate Rapollo morado	Lechuga escarola Betarraga Ens. de garbanzos y pimiento rojo Porotos verdes	Lechugas mixtas Zanahoria cubo Ensalada chilena Pepino	Lechuga con espinacas Brócoli Choclo con betarraga Cochayuyo con salsa verde	Lechuga escarola Pebre de lentejas Tomate Rapollo con cilantro
<b>SALSAS</b>	Limoneta con pimienta Pebre	Limoneta con albahaca Salsa yogurt ciboulette	Limoneta Salsa yogurt comino	Limoneta con cilantro Salsa yogurt curry	Ketchup Pebre
<b>PLATO DE FONDO</b>	Sándwich hamburguesa queso Trutro de pollo asado	Vacuno al jugo Hamburguesa casera de atún	Dados de vacuno con verduras	Lomo de cerdo con salsa de naranja Omelette de cebolla choclo queso tomate	Nugget de pollo Salsa boloñesa
<b>ACOMPAÑAMIENTO</b>	Papas bastón al horno Pastelera de choclo	Arroz graneado Budín de acelga choclo	Lentejas guisadas con quinoa Espirales	Arroz exótico Estofado de verduras	Papas bastón al horno Spaghetti
<b>VEGETARIANO</b>	Sándwich hamburguesa de soya queso	Tortilla de verduras	Lentejas guisadas con quinoa	Omelette de cebolla choclo queso tomate	Salsa boloñesa de soya
<b>POSTRES</b>	Helado palito Leche nevada Jalea diet Variedad de fruta natural	Torta de yogurt Sémola con leche Jalea diet Variedad de fruta natural	Chandelle de chocolate Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural	Flan de leche Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Profiteroles con crema pastelera Leche asada Jalea diet Variedad de fruta natural
<b>SALAD BAR</b>	Lechuga escarola Rapollo morado Zanahoria Apio	Lechugas mixtas Ensalada chilena Betarraga Coliflor	Lechuga escarola Zanahoria Choclo con cilantro Rapollo mixto	Lechuga costina Betarraga Pepino Ensalada bretona	Lechugas mixtas Rapollo con cilantro Tomate Porotos verdes
<b>SALSAS</b>	Limoneta con ciboulette Pebre	Limoneta Salsa de yogurt orégano	Limoneta con eneldo Pebre	Ketchup Salsa yogurt perejil	Limoneta con pimienta Pebre
<b>PLATO DE FONDO</b>	Carne mechada Salsa Alfredo (jamón de pollo)	Goulash de pollo Porotos granados con mazamorra	Lasaña de carne con verduras Varitas de merluza	Pechuga de pollo grillé As italiano	Lomo de cerdo asado Pastel de papas
<b>ACOMPAÑAMIENTO</b>	Cous cous Quifaros	Papas al perejil	Arroz árabe	Papas bastón horneadas Verduras asadas	Arroz perla
<b>VEGETARIANO</b>	Omelette de champiñón queso	Porotos granados con mazamorra	Lasaña de carne de soya con verduras	Quiche de espinaca choclo	Pastel de papas con pino de soya
<b>POSTRES</b>	Natilla Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Brazo de reina Leche asada Jalea diet Variedad de fruta natural	Kuchen de fruta Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Bavarois Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural	Torta de chocolate Flan de leche Jalea diet Variedad de fruta natural
<b>SALAD BAR</b>	Lechugas mixtas Zanahoria Choclo Tomate	Lechuga escarola Primavera Betarraga Rapollo	Lechugas mixtas Porotos verdes con coliflor Ensalada chilena Apio	Lechuga costina Betarraga Pepino Ceviche de mote	Lechuga escarola Mix de repollo Zanahoria Apio
<b>SALSAS</b>	Limoneta al eneldo Pebre	Limoneta con albahaca Salsa yogurt ciboulette	Limoneta Salsa yogurt comino	Limoneta con cilantro Salsa yogurt cúrcuma	Salsa de yogurt cilantro Pebre
<b>PLATO DE FONDO</b>	Vacuno con cebolla frita Croquetas de reineta	Omelette de champiñones Pastel de choclo	Pizza napolitana Trutro de pollo asado al estilo griego	Salsa bontoux Lentejas guisadas y albondiguillas Tallarines	Lomo de cerdo asado al orégano Tomaticán
<b>ACOMPAÑAMIENTO</b>	Arroz al ciboulette Verduras salteadas	Cous cous	Papas bastón horneadas Arroz		Arroz primavera Budín de acelga choclo
<b>VEGETARIANO</b>	Hamburguesa de quinoa y porotos verdes	Pastel de choclo con pino de soya	Pizza vegetariana	Lentejas guisadas	Tortilla de acelga zanahoria
<b>POSTRES</b>	Helado palito Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Strudel de manzana Natilla Jalea diet Variedad de fruta natural	Mousse Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural	Queque Chandelle Jalea diet Variedad de fruta natural	Merengón de plátano Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural
<b>SALAD BAR</b>	Lechuga escarola Zanahoria con ciboulette Rapollo morado Tomate				
<b>SALSAS</b>	Salsa yogurt romero Pebre				
<b>PLATO DE FONDO</b>	Vacuno arvejado Pechuga de pollo con salsa de champiñones				
<b>ACOMPAÑAMIENTO</b>	Puré de papas Panaché de verduras				
<b>VEGETARIANO</b>	Pascualina				
<b>POSTRES</b>	Flan de leche Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural				
		<b>MENU ABRIL</b>	<b>MENU ABRIL</b>	<b>MENU ABRIL</b>	<b>MENU ABRIL</b>

# 2025

## ***¡ SUENA A NUEVOS DESAFÍOS, MUCHOS EXITOS Y DELICIOSOS ALMUERZOS !***

Este año escolar es tu oportunidad para brillar, aprender y superar cualquier desafío. ¡Enfócate en alcanzar tus metas, que de tu energía nos encargamos nosotros con un almuerzo delicioso cada día!

### ***Nutritips!*** mediterránea

- Incluye frutas y verduras de diferentes colores, para obtener todos los nutrientes que necesitas para crecer y mantenerte sano.
- Recuerda beber abundante agua durante el día, especialmente en estos días de calor.
- Disfruta de tus comidas en el colegio, aprovechando este tiempo para compartir, divertirse y recargar energía en el casino.

***Y PARA EMPEZAR ESTE AÑO CON TODO, TENDREMOS UN***

MENÚ  
**BIENVENIDA**

**10**  
Marzo



COLEGIO  
SAN PEDRO  
NOLASCO

*mediterránea*