

JULIO-AGOSTO

COLEGIO SAINT JOHN'S MENU OTOÑO INVIERNO

2026

LUNES 27

crema de champiñones
soufflé de atún C/verduras al vapor
pechuga de ave al orégano C/ arroz jardinera
Ens. Lechuga
Ens. cochuayo
Ens. choclo
Ens. batarraga
Fruta natural/yogurt con cereal/bavarois de frambuesa /jalea de limón

MARTES 28

sopa natural de pollo con sémola
carbonada de pollo
cerdo al romero C/ pure
Ens. Lechuga
Ens. apio
Ens. repollo morado
Ens. tomate
Fruta natural/maicena con leche/compota de ciruelas /jalea de frutilla

MIÉRCOLES 29

crema de verduras
quiche de cebolla choclo
salsa blanca con pollo C/mostacciolis
Ens. Lechuga
Ens. 2 pastas
Ens. zanahoria
Ens. zapallo italiano
Fruta de estación/macedonia de frutas/leche nevada/jalea de naranja

JUEVES 30

sopa de pastinas con huevo
pastel de papas
arvejas guisadas y huevos pochados
Ens. Lechuga
Ens. betarraga
Ens. cochuayo
Ens. brócoli
Fruta natural/Jalea de frutilla/ torta de chocolate manjar/flan de caramelo

VIERNES 31

crema de pollo
pizza jamón queso
varitas de merluza C/verduras salteadas
Ens. Lechuga
Ens. zanahoria rallada
Ens. mix de repollos
Ens. pebre mote
Fruta de estación /avena con leche /Jalea de melón /mousse de chocolate

LUNES 03

sopa de caracolititos
dados de vacuno al jugo C/arroz con zanahorias
croqueta de reineta C/ verduras al wok
Ens. Lechuga
Ens. arvejas
Ens. betarraga
Ens. zapallo italiano
Fruta natural/ Jalea de papaya/yogurt con avena/natilla vainilla coco

MARTES 04

crema de espárragos
asado alemán C/ pure
porotos a la chilena C/ huevo
Ens. apio
Ens. tomate
Ens. zanahoria
Ens. lechuga
Fruta natural/leche asada /Jalea de melón tuna /macedonia de frutas

MIÉRCOLES 05

sopa de carne con sémola
pulpa de cerdo al jugo C/salteado americano
stroganoff de pollo C/tallarines
Ens. pepino
Ens. repollo morado
Ens. porotos verdes
Ens. lechuga
Fruta natural/mousse de coco/Jalea de frutilla/queque de chocolate

JUEVES 06

crema de choclo
ajiaco de vacuno
omelette de queso y verduras C/verduras al oliva
Ens. zanahoria
Ens. lechuga
Ens. primavera
Ens. betarraga
Fruta natural/Jalea naranja/compota de ciruelas con mote /sémola espejo

VIERNES 07

sopa de carne natural
sándwich de pollo italiano C/ papas fritas
croqueta de atún C/espirales
Ens. Lechuga
Ens. apio
Ens. habas con cilantro
Ens. zanahoria rallada
Fruta de estación /flan de caramelo /Jalea de cereza /mousse de chocolate

LUNES 10

crema de verduras
croqueta de pescado C/bouquetier de verduras
pollo a la plancha C/spaghetti
Ens. Lechuga
Ens. betarraga
Ens. cochuayo
Ens. zanahoria
Fruta natural/ Jalea frutilla/yogurt con cereal/mousse de lucuma

MARTES 11

sopa natural pastinas
carbonada de pollo
pulpa de cerdo asada C/arroz al cilantro
Ens. coliflor
Ens. tomates
Ens. z. italiano
Ens. lechuga
Fruta natural/ensalada de fruta /Jalea de papaya/flan de vainilla/ arroz con leche

MIÉRCOLES 12

crema a las finas hierbas
canelon florentino con champiñon
carne juliana C/pure de papas
Ens. repollo morado
Ens. porotos negros C/ cebolla
Ens. zanahoria rallada
Ens. lechuga
Fruta natural/rollo de canela /Jalea limón/flan de lucuma

JUEVES 13

sopa de carne con verduras
zapallo italiano relleno C/arroz
graneado
garbanzos con mote C/huevo pochado
Ens. brócoli
Ens. lechuga
Ens. apio
Ens. cochuayo con cebolla
Fruta natural/Jalea de cereza/ leche asada/queque de yogurt

VIERNES 14

crema de zapallo
albondigas al pomodoro C/ espirales al pesto
pastel del pastor
Ens. Lechuga
Ens. verduras chinas
Ens. betarraga rallada
Ens. pepino
Fruta natural/macedonia de frutas /Jalea de piña/torta de durazno

LUNES 17

sopa natural de pollo con arroz
ragout de pollo C/pure
salsa boloñesa C/quifaros
Ens. Lechuga
Ens. brócoli
Ens. zanahoria
Ens. betarraga
Fruta natural/yogurt con avena/natilla manjar almendras /jalea de durazno

MARTES 18

crema de choclo
varita de merluza C/ratatouille
dados de carne C/arroz al curry
Ens. Lechuga
Ens. z. italiano
Ens. habas
Ens. mix repollos
Fruta de verano/brazo de reina/mousse de vainilla/jalea de naranja

MIÉRCOLES 19

sopa de carne con huevo
pollo al eneldo C/mostaccioli al pomodoro
lentejas estofadas C/huevo duro
Ens. Lechuga
Ens. arvejas
Ens. cous cous con verduras
Ens. pepino
Fruta de verano/Jalea de piña /flan de vainilla /queque mármol

JUEVES 19

crema de espárrago
escalopa de jamón queso C/arroz
graneado
pulpa de cerdo a la miel C/chapsui de verduras
Ens. Lechuga
Ens. choclo
Ens. tomate
Ens. zanahoria rallada
Fruta de verano/Jalea de limón/ sémola con leche /compota de manzana

VIERNES 20

sopa de verduras
carne mechada C/ arroz primavera
ravioles de espinaca C/ salsa blanca
Ens. Lechuga
Ens. mix tradición
Ens. porotos negros
Ens. mix de repollos
Fruta natural/natilla chocolate/bavarois de frambuesa /jalea de papaya

LUNES 24

crema de champiñones
soufflé de atún C/verduras al vapor
pechuga de ave al orégano C/ arroz jardinera
Ens. Lechuga
Ens. cochuayo
Ens. choclo
Ens. batarraga
Fruta natural/yogurt con cereal/bavarois de frambuesa /jalea de limón

MARTES 25

sopa natural de pollo con sémola
carbonada de pollo
cerdo al romero C/ pure
Ens. Lechuga
Ens. apio
Ens. repollo morado
Ens. tomate
Fruta natural/maicena con leche/compota de ciruelas /jalea de frutilla

MIÉRCOLES 26

crema de verduras
quiche de cebolla choclo
salsa blanca con pollo C/mostacciolis
Ens. Lechuga
Ens. 2 pastas
Ens. zanahoria
Ens. zapallo italiano
Fruta de estación/macedonia de frutas/leche nevada/jalea de naranja

JUEVES 27

sopa de pastinas con huevo
pastel de papas
arvejas guisadas y huevos pochados
Ens. Lechuga
Ens. betarraga
Ens. cochuayo
Ens. brócoli
Fruta natural/Jalea de frutilla/ torta de chocolate manjar/flan de caramelo

VIERNES 28

crema de pollo
pizza jamón queso
varitas de merluza C/verduras salteadas
Ens. Lechuga
Ens. zanahoria rallada
Ens. mix de repollos
Ens. pebre mote
Fruta de estación /avena con leche /Jalea de melón /mousse de chocolate

*ULTIMA ACTUALIZACIÓN 09-07-2026