

# JULIO

Colegio La Girouette  
1er Ciclo : 1º a 3º Básico



## ¿Quién atenderá a sus hijos?

Ellos serán atendidos por un selecto equipo de trabajo de Sodexo que operará bajo la dirección de una Administradora, quien a su vez será responsable de entregar un servicio personalizado y del mejor nivel, cumpliendo siempre con los estándares de higiene y calidad, con los que opera Sodexo.

## Beneficios del Servicio

Sus hijos diariamente almorzarán con la variedad de alimentos que cada uno necesita ingerir de acuerdo a su edad, de forma equilibrada, con la temperatura apropiada. Todo esto con la tranquilidad que ofrece una real seguridad alimentaria.

## ¿Cómo saber qué comerá su hijo?

Todos los meses publicaremos en la página web del colegio la minuta de almuerzo

# JULIO

## COLEGIO LA GIROUETTE 1er Ciclo : 1º a 3º Básico

### LUNES

SALAD BAR

Ensalada Lechuga  
Ensalada Betarraga  
Queso fresco

3

PLATO DE FONDO 1

Salsa Pomodoro

ACOMPAÑAMIENTOS

Capelletis Carne

POSTRE 1

Lecha Nevada

### MARTES

Ensalada tomate  
Palmitos

4

Carne a la Bourguignone

Papas fritas

Jalea frambuesa/ yogurth

### MIÉRCOLES

### JUEVES

### VIERNES

SALAD BAR

Ensalada choclo  
Palmitos

10

PLATO DE FONDO 1

Budin de atún

ACOMPAÑAMIENTOS

Arroz pilaf

POSTRE 1

Cocktail de frutas

11

12

13

14

SALAD BAR

PLATO DE FONDO 1

ACOMPAÑAMIENTOS

POSTRE 1

17

18

19

20

21

SALAD BAR

Ensalada lechuga  
Ensalada Choclo

24

PLATO DE FONDO 1

Pechuga de pollo rebozada

ACOMPAÑAMIENTOS

Arroz casero

POSTRE 1

Cocktail de frutas

Ensalada de tomates  
Palmitos

25

Topping huevo duro

Lentejas guisadas

Fruta de la estación

Ensalada lechuga  
Quesillo

26

Merluza apanada

Papas a la crema

Macedonia Natural

Ensalada mix de repollos  
Palta

27

Pavo juliana arvejado

Arroz árabe

Maicena con leche

Bocado de ave  
Ensalada de lechuga

28

Completo italiano / papas fritas

Espuma frambuesa

SALAD BAR

PLATO DE FONDO 1

ACOMPAÑAMIENTOS

POSTRE 1

31

TODOS LOS DÍAS PUEDES LLEVAR:  
ENSALADA  
+PLATO PRINCIPAL  
Y POSTRE.



COMPLEMENTOS  
DIARIOS:  
ADEREZOS, JUGO  
O AGUA PURIFICADA.

sodexo

# JULIO

Colegio La Girouette  
2do Ciclo : 4º Básico a 4º Medio



## ¿Quién atenderá a sus hijos?

Ellos serán atendidos por un selecto equipo de trabajo de Sodexo que operará bajo la dirección de una Administradora, quien a su vez será responsable de entregar un servicio personalizado y del mejor nivel, cumpliendo siempre con los estándares de higiene y calidad, con los que opera Sodexo.

## Beneficios del Servicio

Sus hijos diariamente almorzarán con la variedad de alimentos que cada uno necesita ingerir de acuerdo a su edad, de forma equilibrada, con la temperatura apropiada. Todo esto con la tranquilidad que ofrece una real seguridad alimentaria.

## ¿Cómo saber qué comerá su hijo?

Todos los meses publicaremos en la página web del colegio la minuta de almuerzo

# JULIO

## COLEGIO LA GIROUETTE 2do Ciclo : 4º Básico a 4º Medio

### LUNES

**SALAD BAR**  
**SOPAS**  
**PLATO DE FONDO 1**  
**PLATO DE FONDO 2**  
**VEGETARIANO**  
**NATURALMENTE**  
**POSTRES**

3  
Ensalada Mix Repollos  
Ensalada Lechuga  
Ensalada Chocío  
Consomé de Vacuno/Perejil  
Salsa Pomodoro  
Capelletis Carne  
Queso rallado porción  
Filetillos de Pollo Arvejado  
Papas Lyonesas  
Fritos de Coliflor  
Papas Lyonesas  
Vacuno Parmentier/Ens. Tomate Poroto  
Verde Zanahoria  
Fruta Estación  
Jalea Melón Tuna  
Macedonia Natural  
Leche Nevada

### MARTES

4  
Ensalada Tomate  
Ensalada Zanahoria  
Ensalada Lechuga/Crutones/Palta  
Sopa de Carne/Sémola  
Carne a la Bourguignone  
Papas Fritas  
Quiche Lorraine  
Buffet de postres

### MIÉRCOLES

5

### JUEVES

6

### VIERNES

7

**SALAD BAR**  
**SOPAS**  
**PLATO DE FONDO 1**  
**PLATO DE FONDO 2**  
**VEGETARIANO**  
**NATURALMENTE**  
**POSTRES**

10

11

12

13

14

**SALAD BAR**  
**SOPAS**  
**PLATO DE FONDO 1**  
**PLATO DE FONDO 2**  
**VEGETARIANO**  
**NATURALMENTE**  
**POSTRES**

17

18

19

20

21

**SALAD BAR**  
**SOPAS**  
**PLATO DE FONDO 1**  
**PLATO DE FONDO 2**  
**VEGETARIANO**  
**NATURALMENTE**  
**POSTRES**

24  
Ensalada Zapallo Italiano y Zanahoria Hilo  
Ensalada Lechuga  
Ensalada Brocoli y Chocío  
Sopa de Carne/Sémola  
Pechuga de Pollo Rebozada  
Chapsui de Verduras  
Hamburguesa de vacuno atomatada  
Arroz casero  
Torta Pascualina Acelga  
Palta Rell. Pollo/Ens. Coliflor Tomate  
Lechuga  
Fruta Estación  
Jalea Frambuesa /Fruta/Crema  
Mousse Vainilla  
Macedonia Natural

25  
Ensalada Tomate  
Ensalada Zanahoria Hilo  
Ensalada Arvejas, Cebolla y Perejil  
Crema Tomates/Queso Rallado  
Huevo Duro Rallado  
Lentejas Guisadas  
Tomatcan con vacuno picado  
Mostacholis  
Omelette Champiñón  
Papas al komero  
Ensalada Griega  
Fruta Estación  
Jalea Tricolor  
Maicena con Leche /Salsa Frambuesa  
Piñas al Jugo

26  
Ensalada Lechuga/Aceituna  
Ensalada Diente Dragon  
Ensalada Tomate y Brocoli  
Consomé de Ave/Huevo Nat  
Merluza Apanada  
Papas a la Crema  
Cazuela de Vacuno  
Papas a la Crema  
Fritos de coliflor  
Ensalada de Atún  
Fruta Estación  
Jalea Frambuesa  
Suspiro Limeto  
Macedonia Natural

27  
Ensalada Mix Repollos (Blanco Morado)  
Ensalada Espinaca (Cruda)  
Ensalada Pimientos Verdes/Zanahoria/Tomate  
Crema Champiñones  
Pavo Juliana Arvejado  
Arroz Arabe  
Asado Alemán  
Quinoa/Espinacas y Brunoise de Verduras  
Pastel de Papas-Soya (Veg)  
Ensalada Pavo con Nueces  
Fruta Estación  
Jalea Naranja /Platano  
Nevado de fruta  
Compota de Manzana

28  
Ensalada Mix Lechuga/Zanahoria/Repollo  
Morado  
Ensalada Betarraga Juliana Cruda  
Ensalada Rusa  
Consomé de Vacuno/Huevo  
Completo Italiano/ Papas Fritas  
Filetillos de Pollo al Orégano  
Spaghettis  
Fritos de Coliflor/ Papas Perejil (Veg)  
Quesillo y F. Alcachofa/Ens. R. Morado Tomate P  
Verdes Lechuga  
Fruta Estación  
Jalea Frambuesa/Yogurth  
Bavarois Naranja - Frambuesa  
Macedonia Natural

**SALAD BAR**  
**SOPAS**  
**PLATO DE FONDO 1**  
**PLATO DE FONDO 2**  
**VEGETARIANO**  
**NATURALMENTE**  
**POSTRES**

31  
Ensalada Lechuga  
Ensalada Zanahoria Hilo  
Ensalada Chocío  
Sopa de Carne/Garcolitos  
Merluza al Limon  
Verduras Salteado al Sesamo  
Chapsui Mixto  
Arroz Chaufán  
Omelette Espárragos/ Arroz Piamontesa (Veg)  
Ensalada César con Pollo  
Fruta Estación  
Jalea Naranja  
Mousse Vainilla  
Macedonia Natural

TODOS LOS DÍAS PUEDES LLEVAR:  
SALAD BAR + SOPA + PLATO  
PRINCIPAL Y POSTRE CON  
ALTERNATIVAS A ELECCIÓN



COMPLEMENTOS  
DIARIOS:  
ADEREZOS, PAN,  
JUGO O AGUA  
PURIFICADA

DIARIAMENTE PODRÁS  
OPTAR POR  
MENÚ O HIPOCALÓRICO EN  
REEMPLAZO  
DEL PLATO PRINCIPAL

sodexo