



# Minuta Mensual

Colegio british royal school

Alumnos

Noviembre 2025

Minuta Mensual mes de Noviembre  
Colegio British royal school



| Ítem           | Lunes 03                                                                               | Martes 04                                                              | Miércoles 05                                                              | Jueves 06                                                                                           | Viernes 07 |
|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| Sopa o Crema   | Sopa de carne con arroz                                                                | Crema de espárragos                                                    | Consomé al huevo                                                          | Crema de zapallo                                                                                    |            |
| Topping        | Crutones pimienta oliva                                                                | Crutones al comino                                                     | Crutones merquén oliva                                                    | Crutones ajo mantequilla                                                                            |            |
| Ensalada       | Ens Lechuga costina rabanito<br>Ens Zanahoria aceituna<br>Ens Porotos verdes betarraga | Ens Mix 4 estaciones<br>Ens Pepino tomate<br>Ens brócoli pimentón rojo | Ens Repollo morado choclo<br>Ens Apio ciboulette<br>Ens. Betarraga nevada | Ens Lechuga escarola zanahoria ciboulette<br>Ens Tomate pesto cilantro<br>Ens brócoli pimentón rojo |            |
| Plato de fondo | Pollo a la naranja<br>Carne mongoliana                                                 | Garbanzos guisados<br>Tomaticán de vacuno                              | Salsa boloñesa<br>Goulash de cerdo                                        | Filetillo de pollo arvejado<br>Pescado al limón                                                     |            |
| Acompañamiento | Arroz árabe<br>Tallarines a la soya<br>Verduras asadas                                 | Arroz pilaf<br>Fetuccini cilantro                                      | Arroz al cebollín<br>Corbatitas<br>Tortilla de verduras                   | Arroz zanahoria<br>Puré de papas<br>Cusús al cilantro                                               |            |
| Vegetariano    | Tofu mongoliano                                                                        | Falafel                                                                | Salsa boloñesa vegetal                                                    | Hamburguesa vegetal                                                                                 |            |
| Hipocalórico   | Bowl Cesar                                                                             | Bowl atun ciboulette                                                   | Bowl jamon relleno                                                        | Bowl tomate reina                                                                                   |            |
| Postres        | Jalea piña<br>Fruta natural<br>Mousse Berries                                          | Jalea con crema<br>Natilla manjar coco rallado<br>Macedonia            | Jalea frambuesa<br>Flan chocolate<br>Fruta natural                        | Jalea yogurt<br>Meregón de plátano<br>Budín diplomático                                             |            |



Minuta Mensual mes de Noviembre

Colegio british royal school

CRUX

FOOD

| Ítem                    | Lunes 10                  | Martes 11                | Miércoles 12             | Jueves 13                        | Viernes 14 |
|-------------------------|---------------------------|--------------------------|--------------------------|----------------------------------|------------|
| Sopa o Crema<br>Topping | Sopa de carne con arroz   | Crema de choclo          | Consomé ave con sémola   | Crema de verduras                |            |
|                         | Crutones pimienta ajo     | Crutones merquén oliva   | Crutones ajo mantequilla | Crutones tomate albahaca         |            |
| Ensalada                | Ens lechuga espinaca      | Ens mix 4 estaciones     | Ens repollo esparrago    | Ens mix de lechuga               |            |
|                         | Ens nórdica               | Ens tomate cilantro      | Ens betarraga nevada     | Ens zapallo Italiano zanahoria   |            |
|                         | Ens pepino perejil        | Ens zanahoria ciboulette | Ens coliflor zanahoria   | Ens porotos verdes cebolla       |            |
| Plato de fondo          | Pollo grille              | Lasaña florentina        | Ramen de cerdo           | Porotos guisados                 |            |
|                         | Daditos de vacuno al jugo | Varitas de merluza       | Pollo al chimichurri     | Pollo salteado                   |            |
| Acompañamiento          | Arroz graneado            | Arroz árabe              | Arroz pilaf              | Arroz a la italiana              |            |
|                         | Macarrones con queso      | Papas al romero          | Corbatitas al perejil    | Tortilla de papa                 |            |
|                         | Verduras al orégano       |                          |                          |                                  |            |
| Vegetariano             | Tomaticán de lentejas     | Estofado vegano          | Hamburguesa de quinoa    | Chaumin de seitán                |            |
| Hipocalórico            | Bowl huevo palmito        | Bowl toscano             | Bowl griego              | Bowl César                       |            |
| Postres                 | Jalea limón               | Jalea frutilla           | Jalea frambruesa         | Jalea con yogurt                 |            |
|                         | Mousse chocolate          | Natilla pie de limón     | Flan de vainila          | Leche nevada                     |            |
|                         | Fruta Natural             | Tutti Frutti             | Macedonia                | Profiteroles con crema pastelera |            |



Minuta Mensual mes de Noviembre  
Colegio british royal school



| Ítem                    | Lunes 17                  | Martes 18                | Miércoles 19             | Jueves 20                        | Viernes 21 |
|-------------------------|---------------------------|--------------------------|--------------------------|----------------------------------|------------|
| Sopa o Crema<br>Topping | Sopa de carne con arroz   | Crema de choclo          | Consomé ave con sémola   | Crema de verduras                |            |
|                         | Crutones pimienta ajo     | Crutones merquén oliva   | Crutones ajo mantequilla | Crutones tomate albahaca         |            |
| Ensalada                | Ens lechuga espinaca      | Ens mix 4 estaciones     | Ens repollo esparrago    | Ens mix de lechuga               |            |
|                         | Ens nórdica               | Ens tomate cilantro      | Ens betarraga nevada     | Ens zapallo Italiano zanahoria   |            |
|                         | Ens pepino perejil        | Ens zanahoria ciboulette | Ens coliflor zanahoria   | Ens porotos verdes cebolla       |            |
| Plato de fondo          | Pollo grille              | Lasaña florentina        | Ramen de cerdo           | Porotos guisados                 |            |
|                         | Daditos de vacuno al jugo | Varitas de merluza       | Pollo al chimichurri     | Pollo salteado                   |            |
| Acompañamiento          | Arroz graneado            | Arroz árabe              | Arroz pilaf              | Arroz a la italiana              |            |
|                         | Macarrones con queso      | Papas al romero          | Corbatitas al perejil    | Tortilla de papa                 |            |
|                         | Verduras al orégano       |                          |                          |                                  |            |
| Vegetariano             | Tomaticán de lentejas     | Estofado vegano          | Hamburguesa de quinoa    | Chaumin de seitán                |            |
| Hipocalórico            | Bowl huevo palmito        | Bowl toscano             | Bowl griego              | Bowl César                       |            |
| Postres                 | Jalea limón               | Jalea frutilla           | Jalea frambruesa         | Jalea con yogurt                 |            |
|                         | Mousse chocolate          | Natilla pie de limón     | Flan de vainila          | Leche nevada                     |            |
|                         | Fruta Natural             | Tutti Frutti             | Macedonia                | Profiteroles con crema pastelera |            |



Minuta Mensual mes de Noviembre

Colegio british royal school



| Ítem           | Lunes 24                                                                                            | Martes 25                                                                               | Miércoles 26                                                     | Jueves 27                                                                 | Viernes 28 |
|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|------------|
| Sopa o Crema   | Sopa de pollo con verduras                                                                          | Crema de tomate albahaca                                                                | Consomé de carne con arroz                                       | Crema de lentejas                                                         |            |
| Topping        | Crutones pimienta oliva                                                                             | Crutones al comino                                                                      | Crutones al olivo                                                | Crutones al orégano                                                       |            |
| Ensalada       | Ens lechuga escarola zanahoria ciboulette<br>Ens tomate pesto cilantro<br>Ens Brócoli pimentón rojo | Ens repollo morado aceituna<br>Ens betarraga cubo cilantro<br>Ens apio pepino pim. rojo | Ens mix 4 estaciones<br>Ens apio palmito<br>Ens zanahoria pepino | Ens Repollo zanahoria<br>Ens tomate ciboulette<br>Ens Verduras al orégano |            |
| Plato de fondo | Vacuno en salsa italiana<br>Rebozado de pollo                                                       | Feijoda<br>Pollo en salsa bbq                                                           | Pescado cancato<br>Budin de zapallo italiano                     | Pollo a la española<br>Vacuno bourgiñón                                   |            |
| Acompañamiento | Arroz cebollín<br>Mostaccioli zanahoria<br>Papas al eneldo                                          | Arroz criollo<br>Fetuccini                                                              | Arroz baltimore<br>Papas mediterráneas<br>Chapsui de verduras    | Arroz árabe<br>Espirales al orégano<br>Tabulé de coliflor                 |            |
| Vegetariano    | Albóndigas de soya                                                                                  | Estofado uegano                                                                         | Hamburguesa de quinoa                                            | Chaumin de seitán                                                         |            |
| Hipocalórico   | Bowl huevo palmito                                                                                  | Bowl toscano                                                                            | Bowl griego                                                      | Bowl césar                                                                |            |
| Postres        | Jalea melón tuna<br>Mousse de berries<br>Fruta natural                                              | Jalea Manzana<br>Natilla tiramisú<br>Tutti Frutti                                       | Jalea frambruesa<br>Flan de vainila<br>Macedonia                 | Jalea con yogurt<br>Queque plátano<br>Compota manzana                     |            |



# CRUX FOOD

Nutrirse bien es sentirse mejor

Nuestros menús combinan sabor, calidad y balance nutricional para acompañar su día con la mejor alimentación. ¡Nos vemos en el próximo almuerzo!