



Menú Colegio Pumahue

Septiembre 2026

Carga el monedero de tu hijo aquí



MONEDERO



PRIMERO TU BIENESTAR

Revisa los **alérgenos** alimentarios presentes en nuestras preparaciones, de acuerdo a su respectivo color:



Crustáceos



Lácteos



Trigo



Nueces



Huevo



Sulfitos



Pescados



Sésamo



Maní



Apio



Soja

¡ INFÓRMATE ANTES DE CONSUMIR !

Información Importante para los Comensales

Nuestro servicio promueve el consumo de agua como bebida principal, fomentando hábitos de vida saludable. De manera complementaria, se encuentra disponible jugo sin azúcar añadida.

El menú incluye de forma opcional pan en porciones de 30 g y una sección de salsas y aderezos, destinada a complementar adecuadamente su alimentación diaria.



MENÚ DIARIO

MARTES 01

 SOPA / CREMA	• Consome de Pollo Casero con Arroz
 SALAD BAR	• Lechuga • Ensalada de Garbanzos • Pepino con cilantro y huevo duro

PLATOS DE FONDO

 1 VEGETARIANO	Porotos a la Sureña	
 2 HIPOCALÓRICO	Ensalada Cesar de Pollo	
 3 TRADICIONAL	Wraps con pop corns de pollo, lechuga, choclo, y guacamole	
 4 TRADICIONAL	Carne a la Cacerola	

 ACOMPAÑAMIENTO	• Arroz Con Caldo de Pollo y Apio • Pure	
 POSTRES	Sin alérgenos • Jalea • Macedonia • Compota Mixta	Con alérgenos • Queque marmoleado • Suspiro Limeño

⊗ Los platos marcados con este símbolo no llevan acompañamiento.

Alérgenos:

- Crustáceos



Trigo

Huevo

- Pescados

● Maní

● Soja

● Lácteos

● Nueces

 Sulfitos

 Sésamo

●
Apio

MIÉRCOLES 02

SEPTIEMBRE 2026

 SOPA / CREMA	• Crema de Legumbres
 SALAD BAR	• Lechuga • Brocoli con Cilantro • Repollo verde- Repollo Morado

PLATOS DE FONDO

 1 VEGETARIANO	Brochetas de Verduras	
 2 HIPOCALÓRICO	Causa de Ave	  
 3 TRADICIONAL	Albondigas con Salsa Italiana	  
 4 TRADICIONAL	Fetuccini con Salsa Alfredo	   

 ACOMPANAMIENTO	• Arroz con caldo de carne y sofrito • Pasta con salsa de Tomate • Verduras Salteadas
 POSTRES	Sin alérgenos • Jalea • Macedonia Con alérgenos • Cupcake • Arroz con Leche • Sémola con leche con salsa de caramelo

⊗ Los platos marcados con este símbolo no llevan acompañamiento.

Alérgenos:

● Crustáceos



Trigo

Huevo

● Pescados

Maní

● Soja

● Lácteos

● Nueces

 Sulfitos

Sésamo

Apio

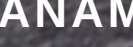
MENÚ DIARIO

JUEVES 03

 SOPA / CREMA	• Consome de Vacuno Casero con Cabellos de Angel
 SALAD BAR	• Lechuga • Arvejas con zanahoria rallada • Ensalada chilena

PLATOS DE FONDO

	1 VEGETARIANO	Tortilla de Acelga	
	2 HIPOCALÓRICO	Ensalada Surtida con Rollitos de Jamón Rellenos con Pasta de Huevo	  
	3 TRADICIONAL	Cheeseburger	  
	4 TRADICIONAL	Trutro Corto de Pollo al Jugo	

 ACOMPANAMIENTO	• Arroz Primavera • Papas Asadas
 POSTRES	Sin alérgenos • Jalea • Macedonia Con alérgenos • Cocadas • Mousse de Fruta • Yogur- granola y fruta • Yogur

⊗ Los platos marcados con este símbolo no llevan acompañamiento.

Alérgenos:

● Crustáceos

Huevo

● Pescados

Maní

● Soja

● Lácteos

Nueces

 Sulfitos

Sésamo

Apio

MENÚ DIARIO

LUNES 07

SEPTIEMBRE 2026

 SOPA / CREMA	• Consome de Vacuno Casero con Cabellos de Angel
 SALAD BAR	• Lechuga • Choclo con tomate • Zanahoria

PLATOS DE FONDO	
 1 VEGETARIANO	Noodles con Carne Vegetal, Verduras y Salsa de Soya
 2 HIPOCALÓRICO	Omelette de Queso y Jamón
 3 TRADICIONAL	Ragu de cerdo con salsa Tuco
 4 TRADICIONAL	Trutro de Pollo Asado a la Peruana

 ACOMPAÑAMIENTO	• Arroz Primavera • Pasta con salsa de Tomate
 POSTRES	Sin alérgenos • Jalea • Macedonia Con alérgenos • Queque de limón • Sémola con leche con salsa de caramelo • Yogur

Los platos marcados con este símbolo no llevan acompañamiento.

Alérgenos:

Crustáceos

Trigo

Huevo

Pescados

Maní

Soja

Lácteos

Nueces

Sulfitos

Sésamo

Apio



MARTES 08

SEPTIEMBRE 2026

 SOPA / CREMA	• Consome de Pollo Casero con Arroz
 SALAD BAR	• Lechuga • Ensalada de Garbanzos • Pepino con cilantro y huevo duro

PLATOS DE FONDO

 1 VEGETARIANO	Lentejas con papitas en cubo y huevo nieve	
 2 HIPOCALÓRICO	Ensalada surtida con mini tacitas de alcachofa rellenas de atún y sésamo	 
 3 TRADICIONAL	Asado alemán con salsa de verduras	 
 4 TRADICIONAL	Fideos chinos con carne y verduras	 

 ACOMPAÑAMIENTO	• Arroz Con Caldo de Pollo y Apio • Pure	
 POSTRES	Sin alérgenos • Jalea • Macedonia • Compota Mixta	Con alérgenos • Queque marmoleado • Suspiro Limeño

⊗ Los platos marcados con este símbolo no llevan acompañamiento.

Alérgenos:

- Crustáceos

Trigo

Huevo

- Pescados

● Maní

● Soja

● Lácteos

● Nueces

Sulfitos

 Sésamo

●
Apio

SC

MIÉRCOLES 09

SEPTIEMBRE 2026

 SOPA / CREMA	• Crema de Legumbres
 SALAD BAR	• Lechuga • Brocoli con Cilantro • Repollo verde- Repollo Morado

PLATOS DE FONDO

 1 VEGETARIANO	Curry de garbanzos con crema de Coco	
 2 HIPOCALÓRICO	Causa de Pescado Y Camarones	
 3 TRADICIONAL	Carne Mechada	
 4 TRADICIONAL	Pechuga de pollo a la mantequilla y cilantro	

 ACOMPANAMIENTO	• Arroz con caldo de carne y sofrito • Pasta con salsa de Tomate • Verduras Salteadas
 POSTRES	Sin alérgenos • Jalea • Macedonia Con alérgenos • Cupcake • Arroz con Leche • Sémola con leche con salsa de caramelo

⊗ Los platos marcados con este símbolo no llevan acompañamiento.

Alérgenos:

● Crustáceos



Huevo

● Pescados

●
Maní

● Soja

● Lácteos

● Nueces

 Sulfitos

Sésamo

Apio

MENÚ DIARIO

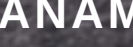
JUEVES 10

SEPTIEMBRE 2026

 SOPA / CREMA	• Consome de Vacuno Casero con Cabellos de Angel
 SALAD BAR	• Lechuga • Arvejas con zanahoria rallada • Ensalada chilena

PLATOS DE FONDO

 1 VEGETARIANO	Quiche de Acelga	
 2 HIPOCALÓRICO	Omelette Relleno con Espinaca a la crema	
 3 TRADICIONAL	Gohan de pollo	
 4 TRADICIONAL	Lasaña Boloñesa	

 ACOMPANAMIENTO	• Arroz Primavera • Papas Asadas
 POSTRES	Sin alérgenos • Jalea • Macedonia Con alérgenos • Cocadas • Mousse de Fruta • Yogur- granola y fruta • Yogur

⊗ Los platos marcados con este símbolo no llevan acompañamiento.

Alérgenos:

● Crustáceos



Huevo

● Pescados

● Maní

● Soja

● Lácteos

●
Nueces

 Sulfitos

Sésamo

Apio

MENÚ DIARIO

VIERNES 11

 SOPA / CREMA	• Crema de Verduras y pan de ajo
 SALAD BAR	• Lechuga • Betarraga con cebolla en cubitos y cilantro • Tomate-Choclo - Pepino en Cubitos y Cilantro

PLATOS DE FONDO

 1 VEGETARIANO	Charquicán con Carne Vegetal	 
 2 HIPOCALÓRICO	—	
 3 TRADICIONAL	Pescado a la mediterránea	  
 4 TRADICIONAL	Pollo Asado a la Peruana	 

 ACOMPAÑAMIENTO	• Arroz Integral con Verduras • Pure	
 POSTRES	Sin alérgenos • Jalea • Macedonia Con alérgenos • Mote con huesillo	

⊗ Los platos marcados con este símbolo no llevan acompañamiento.

Alérgenos:

● Crustáceos



Trigo

 Huevo

- Pescados

Maní

● Soja

● Lácteos

- Nueces

● Sulfitos

Sésamo

●
Apio

MENÚ DIARIO

LUNES 21

SEPTIEMBRE 2026

 SOPA / CREMA	• Consome de Vacuno Casero con Cabellos de Angel
 SALAD BAR	• Lechuga • Choclo con tomate • Zanahoria

PLATOS DE FONDO

	1 VEGETARIANO	Pimentón Relleno con Mix de carne vegetal, verduras y Arroz Integral	
	2 HIPOCALÓRICO	Zapallo Italiano Relleno con Carne y Parmesano	  
	3 TRADICIONAL	Chuleta al ajillo	
	4 TRADICIONAL	Crocante de Pollo al Horno	 

 ACOMPANAMIENTO	• Arroz Primavera • Pasta con salsa de Tomate	
 POSTRES	Sin alérgenos • Jalea • Macedonia	Con alérgenos • Queque de limón • Sémola con leche con salsa de caramelo • Yogur

⊗ Los platos marcados con este símbolo no llevan acompañamiento.

Alérgenos:

● Crustáceos



Trigo

Huevo

- Pescados

●
Maní

● Soja

● Lácteos

- Nueces

- Sulfitos

Sésamo

Apio

SC

MARTES 22

SEPTIEMBRE 2026

 SOPA / CREMA	• Consome de Pollo Casero con Arroz
 SALAD BAR	• Lechuga • Ensalada de Garbanzos • Pepino con cilantro y huevo duro

PLATOS DE FONDO

 1 VEGETARIANO	Pastelera de Choclo Acompañada de Salsa de Berenjena- Champiñones y Tomate Cherry	
 2 HIPOCALÓRICO	Ensalada surtida con roll de atún, queso crema y sésamo.	
 3 TRADICIONAL	Carne a la Olla	
 4 TRADICIONAL	Filetillo de Pollo al Jugo	

 ACOMPAÑAMIENTO	• Arroz Con Caldo de Pollo y Apio • Pure	
 POSTRES	Sin alérgenos • Jalea • Macedonia • Compota Mixta	Con alérgenos • Queque marmoleado • Suspiro Limeño

⊗ Los platos marcados con este símbolo no llevan acompañamiento.

Alérgenos:

● Crustáceos



 Huevo

● Pescados

Maní

● Soja

● Lácteos

●
Nueces

 Sulfitos

Sésamo

●
Apio

MIÉRCOLES 23

SEPTIEMBRE 2026

 SOPA / CREMA	• Crema de Legumbres
 SALAD BAR	• Lechuga • Brocoli con Cilantro • Repollo verde- Repollo Morado

PLATOS DE FONDO

 1 VEGETARIANO	Canelones florentinos	   
 2 HIPOCALÓRICO	Quiche de Verduras	  
 3 TRADICIONAL	Strogonoff con Champiñones	  
 4 TRADICIONAL	Milanesa de Pollo	 

 ACOMPANAMIENTO	• Arroz con caldo de carne y sofrito • Pasta con salsa de Tomate • Verduras Salteadas
 POSTRES	Sin alérgenos • Jalea • Macedonia Con alérgenos • Cupcake • Arroz con Leche • Sémola con leche con salsa de caramelo

⊗ Los platos marcados con este símbolo no llevan acompañamiento.

Alérgenos:

● Crustáceos



Trigo

Huevo

● Pescados

Maní

● Soja

● Lácteos

Nueces

 Sulfitos

Sésamo

Apio

MENÚ DIARIO

JUEVES 24

SEPTIEMBRE 2026

 SOPA / CREMA	• Consome de Vacuno Casero con Cabellos de Angel
 SALAD BAR	• Lechuga • Arvejas con zanahoria rallada • Ensalada chilena

PLATOS DE FONDO

 1 VEGETARIANO	Porotos con Pilco	
 2 HIPOCALÓRICO	Ensalada Cesar de Pollo	
 3 TRADICIONAL	Barros - Luco	
 4 TRADICIONAL	Cerdo Mongoliano	

ACOMPAÑAMIENTO	• Arroz Primavera • Papas Asadas
POSTRES	Sin alérgenos • Jalea • Macedonia Con alérgenos • Cocadas • Mousse de Fruta • Yogur- granola y fruta • Yogur

⊗ Los platos marcados con este símbolo no llevan acompañamiento.

Alérgenos:

● Crustáceos



 Huevo

 Pescados

Maní



Soja

● Lácteos

● Nueces

● Sulfitos

 Sésamo

Apio

SC

MENÚ DIARIO

VIERNES 25

SEPTIEMBRE 2026

 SOPA / CREMA	• Crema de Verduras y pan de ajo
 SALAD BAR	• Lechuga • Betarraga con cebolla en cubitos y cilantro • Tomate-Choclo - Pepino en Cubitos y Cilantro

PLATOS DE FONDO

 1 VEGETARIANO	Carbonada con Carne Vegetal	
 2 HIPOCALÓRICO	—	
 3 TRADICIONAL	Pescado Frito	
 4 TRADICIONAL	Pasta con Salsa Boloñesa	

 ACOMPAÑAMIENTO	• Arroz Integral con Verduras • Pure	
 POSTRES	Sin alérgenos • Jalea • Macedonia Con alérgenos • Mote con huesillo	

⊗ Los platos marcados con este símbolo no llevan acompañamiento.

Alérgenos:

● Crustáceos



Trigo

Huevo

● Pescados

●
Maní

● Soja

● Lácteos

● Nueces

 Sulfitos

 Sésamo

Apio

SEPTIEMBRE 2026

 SOPA / CREMA	• Consome de Vacuno Casero con Cabellos de Angel
 SALAD BAR	• Lechuga • Choclo con tomate • Zanahoria

PLATOS DE FONDO

 1 VEGETARIANO	Budin de Brocoli y Papas	  
 2 HIPOCALÓRICO	Croqueta de Pescado con Ajo y Perejil	  
 3 TRADICIONAL	Carne Guisada	 
 4 TRADICIONAL	Pulpa de Cerdo al Horno	 

 ACOMPANAMIENTO	• Arroz Primavera • Pasta con salsa de Tomate 		
 POSTRES	Sin alérgenos • Jalea • Macedonia		Con alérgenos • Queque de limón • Sémola con leche con salsa de caramelo • Yogur   

⊗ Los platos marcados con este símbolo no llevan acompañamiento.

Alérgenos:

● Crustáceos



Trigo

Huevo

● Pescados

Maní

● Soja

● Lácteos

● Nueces

 Sulfitos

 Sésamo

●
Apio

MENÚ DIARIO

MARTES 29

 SOPA / CREMA	• Consome de Pollo Casero con Arroz
 SALAD BAR	• Lechuga • Ensalada de Garbanzos • Pepino con cilantro y huevo duro

PLATOS DE FONDO

 1 VEGETARIANO	Porotos Granados con Mazamorra	
 2 HIPOCALÓRICO	Ensalada surtida con mini quiche de verduras y pescado	
 3 TRADICIONAL	Bistec de Cerdo con Salsa al Ajillo	
 4 TRADICIONAL	Chapsui de carne	

 ACOMPAÑAMIENTO	• Arroz Con Caldo de Pollo y Apio • Pure	
 POSTRES	Sin alérgenos • Jalea • Macedonia • Compota Mixta	Con alérgenos • Queque marmoleado • Suspiro Limeño

⊗ Los platos marcados con este símbolo no llevan acompañamiento.

Alérgenos:

● Crustáceos

Trigo

Huevo

- Pescados

● Maní

● Soja

● Lácteos

● Nueces

Sulfitos

Sésamo

● Apio

SC

MIÉRCOLES 30

SEPTIEMBRE 2026

 SOPA / CREMA	• Crema de Legumbres
 SALAD BAR	• Lechuga • Brocoli con Cilantro • Repollo verde- Repollo Morado

PLATOS DE FONDO

 1 VEGETARIANO	Quiche de Espinacas, Choclo y Tomate Asado	
 2 HIPOCALÓRICO	Ensalada Surtida con Mini Fritos de Atun	
 3 TRADICIONAL	Carne Mongoliana	
 4 TRADICIONAL	Trutro de Pollo Asado a la Mostaza, Perejil y Cilantro	

 ACOMPañAMIENTO	• Arroz con caldo de carne y sofrito • Pasta con salsa de Tomate • Verduras Salteadas	
 POSTRES	Sin alérgenos • Jalea • Macedonia	Con alérgenos • Cupcake • Arroz con Leche • Sémola con leche con salsa de caramelo

⊗ Los platos marcados con este símbolo no llevan acompañamiento.

Alérgenos:

● Crustáceos



● Huevo

- Pescados



Man



Soja

● Lácteos

• Nueces

● Sulfitos

●
Sésamo

●
Apic

SC