














# » MENÚ «

SEPTIEMBRE

ALMUERZO PRIMARIA



LUNES

02

-  Lomo a la pimienta
-  Pernil Criollo
-  Carne vegetal napolitana
-  Arroz al azafrán
-  Arroz integral
-  Papa salteada
-  Menestra de lenteja
-  Soufflé de brócoli
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día












MARTES

03

-  Pollo a la naranja
-  Salón a la mostaza
-  Lasaña de vegetales
-  Arroz amarillo
-  Arroz integral
-  Wantán frito
-  Maduro al horno
-  Tomate gratinados
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día









MIÉRCOLES

04

-  Cerdo en salsa de champiñones
-  Spaghetti boloñesa
-  Falafel
-  Arroz blanco
-  Arroz integral
-  Patatas bravas
-  Grissinis de parmesano
-  Choclito salteado
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

JUEVES

05

-  Pechuga de pollo al horno
-  Tilapia en salsa cremosa
-  Champiñones al ajillo con espinaca
-  Arroz verde
-  Arroz integral
-  Guiso de garbanzo
-  Yuca al orégano
-  Tortilla de verde
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día



VIERNES

06

-  Pollo encocado
-  Carne costeña
-  Ceviche de palmito
-  Arroz al perejil
-  Arroz integral
-  Muchin de maduro
-  Patacones
-  Canguil
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día












LUNES

09

-  Pollo con mousse a la primavera
-  Tilapia en salsa española
-  Chicharrón vegetariano
-  Arroz al pimentón
-  Arroz integral
-  Fideo tornillo mantequilla perejil
-  Estirones de verde
-  Puré de yuca
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día












MARTES

10

-  Lomo cantones
-  Chop suey
-  Quinoto de champiñones
-  Arroz rubio
-  Arroz integral
-  Vegetales salteados
-  Rollito primavera
-  Chip de camote
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MIÉRCOLES

11

-  Ambateñito
-  Enrollado americano
-  Tortilla de lenteja
-  Arroz blanco
-  Arroz integral
-  Tortilla de papa
-  Maduro acaramelado
-  Mote
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día












JUEVES

12

-  Pechuga de pollo al ajo
-  Mariscos rebozados
-  Hamburguesa de garbanzo
-  Arroz a las finas hierbas
-  Arroz integral
-  Puré de zanahoria amarilla
-  Menestra de frejol canario
-  Papa dorada
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

VIERNES

13

-  Lomo con salsa de champiñones
-  Lasaña de pollo
-  Canelón de espinaca queso ricotta
-  Arroz con pimientos
-  Arroz integral
-  Croqueta de brócoli rellena de queso
-  Pan de ajo
-  Vegetales salteados
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día



**LUNES**

**16**

- Lomo en salsa toffe
- Pollo al horno en salsa de kiwi
- Hamburguesa de lenteja
- Arroz al ajonjolí
- Arroz integral
- Bastones de yuca
- Tostones con rehogado
- Soufflé de espinaca
- Salad bar
- Jugo de temporada
- Postre del día

**MARTES**

**17**

- Pollo al escabeche
- Pastel de carne en salsa BBQ
- Tomate relleno con carne
- Arroz a la mostaza
- Arroz integral
- Maduro asado
- Papa chaucha al romero
- Berenjena apanada
- Salad bar
- Jugo de temporada
- Postre del día

**MIÉRCOLES**

**18**

- Cerdo al pomodoro
- Carne llanera
- Soufflé de papa y berenjena
- Arroz al perejil
- Arroz integral
- Arepa
- Verduras salteadas
- Espárragos en salsa bernesa
- Salad bar
- Jugo de temporada
- Postre del día

**JUEVES**

**19**

- Pechuga de pollo a la naranja
- Tilapia al limón
- Milanesa de arroz integral con salsa napolitana
- Arroz a las finas hierbas
- Arroz integral
- Papa al perejil
- Patacón de Guineo
- Chips de yuca
- Salad bar
- Jugo de temporada
- Postre del día

**VIERNES**

**20**

- Burrito de res
- Chimichangas
- Burrito vegetariano
- Arroz atomatado
- Arroz integral
- Fréjol mexicano
- Ronditos
- Ronditos
- Salad bar
- Jugo de temporada
- Postre del día

**LUNES**

**23**

- Pollo en salsa velouté
- Mariscos rebozados
- Hotdog vegetariano
- Arroz al curry
- Arroz integral
- Croqueta de quinua
- Yuca en salda de queso
- Papa cajún
- Salad bar
- Jugo de temporada
- Postre del día

**MARTES**

**24**

- Lomo agridulce
- Canelón cerdo pollo
- Lasagna de vegetales
- Arroz a la mostaza
- Arroz integral
- Papa campesina
- Pan de ajo
- Maduro al horno
- Salad bar
- Jugo de temporada
- Postre del día

**MIÉRCOLES**

**25**

- Tilapia con verduras
- Lomo a la plancha
- Falafel
- Arroz a las finas hierbas
- Arroz integral
- Chifles
- Guiso de arveja
- Vegetales gratinados
- Salad bar
- Jugo de temporada
- Postre del día

**JUEVES**

**26**

- Pechuga de pollo al chimichurri
- Chuleta al jugo
- Chop suey vegetariano
- Arroz al perejil
- Arroz integral
- Papa chaucha al ajo
- Monedas de maduro
- Wan tan frito
- Salad bar
- Jugo de temporada
- Postre del día

**VIERNES**

**27**

- Luisiana chicken
- Cheeseburger
- Hamburguesa de lenteja
- Arroz al azafrán
- Arroz integral
- Papa francesa
- Onions rings
- Vegetales salteados
- Salad bar
- Jugo de temporada
- Postre del día

LUNES

30

- Pollo a la mostaza
- Lomo en salsa agri dulce
- Ceviche de palmito
- Arroz blanco
- Arroz integral
- Tortilla de maduro
- Papa dorada
- Canguil y chifle
- Salad bar
- Jugo de temporada
- Postre del día







# MENÚ



## OCTUBRE



### ALMUERZO PRIMARIA












**MARTES**

01

-  Bistec ranchero
-  Deditos de pescado en salsa tártara
-  Lasaña de vegetales
-  Arroz amarillo
-  Arroz integral
-  Yuca salteada
-  Patacones
-  Maduro al horno
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día












**MIÉRCOLES**

02

-  Cerdo en salsa piquillo
-  Cariucho de pollo
-  Quinotto de hongos
-  Arroz al azafrán
-  Arroz integral
-  Spaguetti con verduras
-  Papa al vapor
-  Brocheta de vegetales
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día












**JUEVES**

03

-  Pechuga de pollo al pesto
-  Burritos de res
-  Chicharrón vegetariano
-  Arroz blanco
-  Arroz integral
-  Arepa blanca
-  Ronditos
-  Papa dorada y maduro
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

**VIERNES**

04

-  Lomo chino
-  Cerdo en salsa teriyaki
-  Chaulafán Vegetariano
-  Arroz a la mostaza
-  Arroz integral
-  Chips de yuca
-  Tepanyaki
-  Wantán frito
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día












**LUNES**

05

-  Pollo en salsa de zanahoria
-  Salón en salsa campesina
-  Morrón relleno
-  Arroz al azafrán
-  Arroz integral
-  Brócoli rebozado
-  Palillos de verde
-  Vegetales salteados
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

**MARTES**

08

-  Tilapia a la plancha
-  Lomo a la plancha
-  Milanesa de arroz integral con salsa napolitana
-  Arroz al perejil
-  Arroz integral
-  Maduro asado
-  Papa chaucha al romero
-  Menestra de lenteja
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

**MIÉRCOLES**

09

-  Cerdo marinado al curry
-  Milanesa de ternera
-  Canelón de espinaca queso ricotta
-  Arroz blanco
-  Arroz integral
-  Vegetales en mantequilla de limón
-  Puré de papa
-  Chifles con aguacate
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

**JUEVES**

10

-  Pechuga de pollo a las finas hierbas
-  Mariscos rebozados
-  Milanesa vegetariana
-  Arroz amarillo
-  Arroz integral
-  Yuca al perejil
-  Patacones
-  Achogcha rellena
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

**VIERNES**












11

-  Shawarma
-  Lasaña griega
-  Falafel
-  Arroz a la mostaza
-  Arroz integral
-  Papa cajún
-  Pan de orégano
-  Humus
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día



**LUNES**

**14**

-  Lomo a la plancha
-  Tilapia en salsa de albahaca
-  Carne vegetal napolitana
-  Arroz al ajonjolí
-  Arroz integral
-  Mote pillo
-  Estirones de verde
-  Soufflé de espárragos
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día












**MARTES**

**15**

-  Pollo a la miel y mostaza
-  Rollo de carne en salsa BBQ
-  Lasaña de vegetales
-  Arroz amarillo
-  Arroz integral
-  Rollo primavera
-  Maduro frito
-  Grissini parmesano
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día


**MIÉRCOLES**

**16**

-  Filete apanado cerdo en salsa pomodoro
-  Burritos mixto
-  Tomate relleno gratinado
-  Arroz a las finas hierbas
-  Arroz integral
-  Yuca al pesto
-  Ronditos
-  Papa dorada
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

**JUEVES**

**17**

-  Pollo al horno
-  Nuggets de pescado
-  Champiñones al ajillo con espinaca
-  Arroz con zanahoria
-  Arroz integral
-  Vegetales en mantequilla de limón
-  Puré de papa
-  Bouquet de vegetales
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

**VIERNES**

**18**

-  Pollo a la catalana
-  Paella valenciana
-  Tortilla española
-  Arroz al perejil
-  Arroz integral
-  Supremas de naranja
-  Espárragos al gratén
-  Menestra de frejol
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

