



» MENÚ «

SEPTIEMBRE

ALMUERZO SECUNDARIA












LUNES

02

-  Sopa de arroz de cebada
-  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

-  Sopa de berros espinaca
-  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

-  Sancocho blanco
-  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

-  Aguado de alitas
-  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

-  Empanada de verde queso
-  Sopa de bolas de verde
-  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

-  Consomé de zanahoria juliana
-  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

-  Crema de tomate papa crocante
-  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

-  Aguado de lenteja
-  Ambateño
-  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

-  Caldo de costilla
-  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

-  Crepe de espinaca queso
-  Sopa de pollo
-  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

- Sopa de avena con queso
- 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

- Locro de zapallo con queso
- 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

- Sopa de arroz de cebada
- 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

JUEVES

19

- Crema de espinaca con canguil
- 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

- Quesadilla de queso aguacate tortilla de trigo
- Pozole
- Burrito de res
- Chimichangas
- Burrito vegetariano
- Arroz atomatado
- Arroz integral
- Fréjol mexicano
- Ronditos
- Ronditos
- Salad bar
- Jugo de temporada
- Postre del día

LUNES

23

- Consomé nieve
- 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

- Sopa de berros
- 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

- Aguado de pollo
- 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

- Caldo de costilla de res
- 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

- Nachos con guacamole refrigerio
- Crema de champiñones con canguil
- 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

-  Consomé celestino
-  Pollo a la mostaza
-  Lomo en salsa agridulce
-  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 SECUNDARIA



MARTES

01

-  Sopa de berros espinaca
-  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

02

-  Sancocho blanco
-  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

03

-  Aguado de alitas
-  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

04

-  Empanada de verde queso
-  Sopa de bolas de verde
-  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

07

-  Consomé de zanahoria juliana
-  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

08

-  Crema de tomate papa crocante
-  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

09

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

JUEVES

10

-  Caldo de costilla
-  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

11

-  Crepe de espinaca queso
-  Sopa de pollo
-  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

14

-  Sopa de avena con queso
-  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

15

-  Locro de zapallo con queso
-  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

16

-  Sopa de arroz de cebada
-  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





JUEVES

17

-  Crema de espinaca con canguil
-  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

18

-  Quesadilla de queso aguacate tortilla de trigo
-  Pozole
-  Burrito de res
-  Chimichangas
-  Burrito vegetariano
-  Arroz atomatado
-  Arroz integral
-  Fréjol mexicano
-  Ronditos
-  Ronditos
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

