

KHAFĒ
Hanaska

MENÚ ALMUERZO

PRIMARIA

MAYO

La Condamine
Liceo franco · ecuatoriano



LUNES

05

-  Pollo a la jardinera
-  Cerdo en salsa BBQ
-  Chicharrón vegetariano
-  Arroz blanco
-  Arroz integral
-  Muchin de verde
-  Papa dorada
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MARTES

06

-  Bistec ranchero
-  Deditos de pescado en salsa tártara
-  Quinua con champiñones
-  Majado
-  Arroz integral
-  Yuca salteada
-  Chip de Camote
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MIÉRCOLES

07

-  Tilapia a la plancha
-  Pollo al horno
-  Tortilla de lenteja
-  Arroz al azafrán
-  Arroz integral
-  Verduras gratinadas (brocoli/coliflor/zanahoria)
-  Patacon
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

JUEVES

08

-  Fritadita
-  Lomo apanado
-  Canelón de espinaca queso ricotta
-  Tortilla de papa
-  Arroz integral
-  Vegetales salteados
-  Maduro frito/mote
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

VIERNES

09

-  Chimichangas
-  Enchilada de pollo
-  Tortilla de garbanzo
-  Frejol salteado
-  Arroz integral
-  Ronditos
-  Quesadilla mexicana
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

LUNES

12

-  Pollo a la plancha
-  Tilapia a la plancha
-  Milanesa vegetariana
-  Arroz al azafrán
-  Arroz integral
-  Brocoli gratinado
-  Palillos de verde
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MARTES

13

-  Caucara con huevo
-  Cerdo a la plancha
-  Lasaña de vegetales
-  Mote pillo
-  Arroz integral
-  Maduro cocido
-  Tortilla de papa
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MIÉRCOLES

14

-  Cazuela de mariscos
-  Milanesa de res
-  Chop suey vegetariano
-  Arroz blanco
-  Arroz integral
-  Patacones
-  Tortilla de brocoli
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

JUEVES

15

-  Pollo teriyaki
-  Lomo con verduras
-  Falafel
-  Spaguetti
-  Arroz integral
-  Grisines
-  Rollito primavera
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

VIERNES

16

-  Seco de pollo
-  Camarones rebosados
-  Tortilla de lenteja
-  Arroz amarillo
-  Arroz integral
-  Yuca al perejil
-  Maduros al horno
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

LUNES

19

-  Lomo a la plancha
-  Arroz Cahufa
-  Ceviche de palmito
-  Arroz blanco
-  Arroz integral
-  Mote con salsa criolla
-  Wantan frito
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MARTES

20

-  Pollo a la miel y mostaza
-  Milanesa de carne
-  Lasaña de vegetales
-  Pasta spaguette
-  Arroz integral
-  Arepita
-  Pan de ajo
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MIÉRCOLES

21

-  Chuleta a la plancha
-  Tilapia a la plancha
-  Chicharrón vegetariano
-  Arroz con zanahoria
-  Arroz integral
-  Vegetales en salsa blanca
-  Puré de papa
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

JUEVES

22

-  Bistec cliollo
-  Pechuga de pollo al horno
-  Chaulafán Vegetariano
-  Papa al perejil
-  Arroz integral
-  Chip de yuca
-  Tortitas de lenteja
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

VIERNES

23

FERIADO NACIONAL

LUNES

26

-  Pollo BBQ
-  Carne a la plancha
-  Morrón relleno
-  Arroz a las finas hierbas
-  Arroz integral
-  Puré de papa
-  Chips de camote
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MARTES

27

-  Carne colorada
-  Tilapia s/ limón
-  Milanesa de arroz integral con salsa napolitana
-  Torrejas de arroz
-  Arroz integral
-  Maduro frito
-  Mote pillo
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MIÉRCOLES

28

-  Pollo con champiñones
-  Lomo napolitano
-  Canelón de espinaca queso ricotta
-  Fettuccini
-  Arroz integral
-  pan ajo gratinado
-  Tortilla de zanahoria
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

JUEVES

29

-  Pollo a la parrilla/chorizo
-  Parrillada Res/ chorizo
-  Milanesa de garbanzo
-  Papa s/ de queso
-  Arroz integral
-  Maduro al horno
-  Choco cocinado
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

VIERNES

30

-  Ambateñito
-  Guatita
-  Carve a la plancha
-  Arroz al perejil
-  Arroz integral
-  Souffle de choclo
-  Huevo duro
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

KHAFÉ
Hanaska

MENÚ ALMUERZO

PRIMARIA

JUNIO

La Condamine
Liceo franco · ecuatoriano



LUNES

02

-  Pollo en salsa de piña
-  Chicharrón de pescado
-  Chicharron vegetariano
-  Quinoto
-  Arroz integral
-  Papa dorada
-  Tostones con rehogado
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MARTES

03

-  Lomo a la plancha
-  Chuleta a la mostaza
-  Tomate relleno con carne
-  Pure de Papas
-  Arroz integral
-  Maduro glaceados
-  Yuca al orégano
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MIÉRCOLES

04

-  Papas con cuero
-  Hamburguesa Milanesa
-  Souffle de papa y berenjena
-  Arroz al perejil
-  Arroz integral
-  Huevo duro
-  Guiso de garbanzo
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

JUEVES

05

-  Pollo enrollado con espinaca s/blanca
-  Seco de chanco
-  Milanesa de arroz integral con salsa napolitana
-  Spaguetti
-  Arroz integral
-  Papa chaucha al ajo
-  Monedas de maduro
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

VIERNES

06

-  Cheeseburger
-  Pollo broaster
-  Croqueta de lenteja
-  Papa dorada
-  Onion rings
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

LUNES

09

-  Lomo a la plancha
-  Pollo con vegetales
-  Chicharron vegetariano
-  Arroz blanco
-  Arroz integral
-  Bastones de yuca
-  Menestra de lenteja
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MARTES

10

-  Tilapia s/de limón
-  Bolognesa
-  Tomate relleno con carne
-  Spaguetti
-  Arroz integral
-  Tostones con rehogado
-  Grisines al parmesano
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MIÉRCOLES

11

-  Cerdo a la plancha
-  Carne llanera
-  Souffle de papa y berenjena
-  Arroz al perejil
-  Arroz integral
-  Guiso de arveja
-  Verduras salteadas
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

JUEVES

12

-  Carne estofada
-  Pollo agridulce
-  Milanesa de arroz integral con salsa napolitana
-  Papa salteada
-  Arroz integral
-  Tortilla de yuca
-  Maduro frito
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

VIERNES

13

-  Lomo Peruano
-  Camaron en salsa marinera
-  Tortilla de lenteja
-  Arroz a las finas hierbas
-  Arroz integral
-  Patacones
-  Papa en salsa de queso
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

LUNES 16

-  Pollo a la plancha
-  Cerdo salteado con legumbres
-  Carne vegetal napolitana
-  Arroz al curry
-  Arroz integral
-  Croqueta de quinua
-  Tomate gratinado
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MARTES 17

-  Lomo en salsa criolla
-  Canelón de pollo
-  Lasaña de vegetales
-  Pan de Ajo
-  Arroz integral
-  Papa al horno
-  Guiso de verde
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MIÉRCOLES 18

-  Mariscos rebosados
-  Lomo napolitano
-  Falafel
-  Arroz a las finas hierbas
-  Arroz integral
-  Pampita
-  Menestra de frejol negro
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

JUEVES 19

-  Hornado
-  Cariucho de pollo
-  Ceviche de palmito
-  Mote
-  Arroz integral
-  Tortilla de papa/maduro
-  Camote cocido
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

VIERNES 20

-  Dedos de pescado
-  Lomo al chimichurri
-  Champiñones al ajillo con espinaca
-  Arroz al perejil
-  Arroz integral
-  Palmeras de verde
-  Papa en salsa de queso
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

LUNES 23

-  Pollo a la jardinera
-  Cerdo en salsa BBQ
-  Chicharrón vegetariano
-  Arroz blanco
-  Arroz integral
-  Muchin de verde
-  Papa dorada
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MARTES 24

-  Bistec ranchero
-  Pescado en salsa tártara
-  Quinua con champiñones
-  Majado
-  Arroz integral
-  Yuca salteada
-  Chip de Camote
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MIÉRCOLES 25

-  Fritadita
-  Pollo estofado
-  Canelón de espinaca queso ricotta
-  Arroz blanco
-  Arroz integral
-  Vegetales salteados
-  Maduro frito/mote
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

JUEVES 26

-  Tilapia a la plancha
-  Pollo al horno
-  Tortilla de lenteja
-  Arroz al azafrán
-  Arroz integral
-  Verduras gratinadas (brocoli/coliflor/zanahoria)
-  Patacon
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

VIERNES 27

-  Lomo Salteado
-  Chaulafán
-  Tortilla de garbanzo
-  Spaguetti
-  Arroz integral
-  Wantan frito
-  Verduras al vapor
-  Salad Bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

KHAFĒ
Hanaska

MENÚ ALMUERZO

PRIMARIA

JULIO

La Condamine
Liceo franco · ecuatoriano





Proteína



Arroz



Postre o Fruta



Ensalada



Bebida fría



Guarnición



Proteína vegetariana

MARTES

01

- Caucara con huevo
- Pollo estofado
- Lasaña de vegetales
- Mote pillo
- Arroz integral
- Maduro cocido
- Tortilla de papa
- Salad Bar
- Jugo de temporada
- Postre del día

MIÉRCOLES

02

- Chuleta a la plancha
- Milanesa de res
- Chop suey vegetariano
- Arroz blanco
- Arroz integral
- Vegetales en salsa blanca
- Tortilla de brocoli
- Salad Bar
- Jugo de temporada
- Postre del día

JUEVES

03

- Pollo con salsa pomodoro
- Lomo salteado con verduras
- Pimiento relleno
- Spaguetti
- Arroz integral
- Grisines
- Tomate Rellenos
- Salad Bar
- Jugo de temporada
- Postre del día

VIERNES

04

- Alitas bbq
- Cheeseburger
- Hamburguesa vegetariana
- Papa dorada
- Aros de cebolla
- Salad Bar
- Jugo de temporada
- Postre del día

LUNES 30

- Pollo a la plancha
- Tilapia a la plancha
- Milanesa vegetariana
- Arroz al azafrán
- Arroz integral
- Brocoli gratinado
- Palillos de yuca
- Salad Bar
- Jugo de temporada
- Postre del día



KHAFĒ
Hanaska

MENÚ REFRIGERIO

PRIMARIA

MAYO

La Condamine
Liceo franco · ecuatoriano



LUNES

05

 Tortitas de papa con chorizo

 Ensalada de frutas

 Jugo de Naranja

MARTES

06

 Mote con chicharrón

 Sandia

 Jugo de limón

MIÉRCOLES

07

 Mini pancakes con miel

 Fresas

 Leche semi descremada

JUEVES

08

 Pechuga de pollo con choclo salteado, lechugo y tomate

 Pera

 Jugo de mora

VIERNES

09

 Torrejas de arroz con pollo

 Mandarina

 Jugo de guayaba

LUNES

12

 Fideo macarrón con queso fundido

 Guineo

 Jugo de maracuyá

MARTES

13

 Choclo grano habas queso

 Sandia

 Jugo de mora

MIÉRCOLES

14

 Nuggets de pollo con papa salteada

 Pera

 Jugo de babaco

JUEVES

15

 Papa rellena con carne

 Mandarina

 Jugo de GUANABANA

VIERNES

16

 Emborrinado

 Ensalada de frutas

 Leche chocolatada



LUNES

19



Fritadita de pollo con mote



Manzana



Jugo de mora

MARTES

20



Tortitas de papa con brócoli y queso



Uvas



Jugo de frutilla

MIÉRCOLES

21



Empanada de carne



Piña



Avena con naranjilla

JUEVES

22



Deditos de yuca con queso



Sandia



Jugo de guayaba

VIERNES

23

FERIADO NACIONAL

LUNES

26



Bolón de verde queso



Ensalada de frutas



Jugo de tomate de árbol

MARTES

27



Empanada de queso



Sandia



Chocolate frío

MIÉRCOLES

28



Choclo con chicharrón



Pera



Jugo de mango

JUEVES

29



Tortillas de maduro con queso



Frutillas



Jugo de naranja

VIERNES

30



Pizza con queso y jamón de pollo



Granadilla



Jugo de mora

KHAFÉ
Hanaska

MENÚ REFRIGERIO

PRIMARIA

JUNIO

La Condamine
Liceo franco · ecuatoriano





LUNES

02

 Empanada de queso

 Sandía

 Chocolate frío

MARTES

03

 Quesadilla de queso con ronditos

 Frutillas

 Avena con naranjilla

MIÉRCOLES

04

 Cereal Natural

 Ensalada de frutas

 Yogurt de mora

JUEVES

05

 Arepita con carne mechada

 Pera

 Jugo de frutilla

VIERNES

06

 Tortitas de quinoa con mozzarella

 Naranja importada

 Jugo de guanábana

LUNES

09

 Fritadita de pollo con mote

 Manzana

 Jugo de mora

MARTES

10

 Tortitas de papa con brócoli y queso

 Uvas

 Jugo de frutilla

MIÉRCOLES

11

 Empanada de carne

 Piña

 Avena con naranjilla

JUEVES

12

 Deditos de yuca con queso

 Granadilla

 Jugo de guayaba

VIERNES

13

 Pancake con miel de maple

 Ensalada de frutas

 Yogurt de durazno



LUNES

16

 Tortitas de papa con chorizo

 Ensalada de frutas

 Jugo de Naranja

MARTES

17

 Mote con chicharrón

 Sandia

 Jugo de limón

MIÉRCOLES

18

 Mini pancakes con miel

 Fresas

 Leche semi descremada

JUEVES

19

 Pechuga de pollo con choclo
salteado, lechugo y tomate

 Pera

 Jugo de mora

VIERNES

20

 Torrejas de arroz con pollo

 Mandarina

 Jugo de guayaba

LUNES

23

 Fideo macarrón con queso
fundido

 Guineo

 Jugo de maracuyá

MARTES

24

 Choclo grano habas queso

 Sandia

 Jugo de mora

MIÉRCOLES

25

 Nuggets de pollo con papa
salteada

 Pera

 Jugo de babaco

JUEVES

26

 Papa rellena con carne

 Mandarina

 Jugo de GUANABANA

VIERNES

27

 Emborrinado

 Ensalada de frutas

 Leche chocolatada

KHAFĒ
Hanaska

MENÚ REFRIGERIO

PRIMARIA

JULIO

La Condamine
Liceo franco · ecuatoriano





Snack



Fruta o Postre



Bebida

MARTES

01



Tortitas de papa con brócoli y queso



Uvas



Jugo de frutilla

MIÉRCOLES

02



Empanada de carne



Piña



Avena con naranjilla

JUEVES

03



Deditos de yuca con queso



Sandia



Jugo de guayaba

VIERNES

04



Bolón de verde queso



Ensalada de frutas



Jugo de tomate de árbol



Snack



Fruta o Postre



Bebida

LUNES

30



Fritadita de pollo con mote



Manzana



Jugo de mora

