

KHAFÉ
Hanaska

MENÚ

REFRIGERIO & ALMUERZO

La Condamine
Liceo franco · ecuatoriano

PRIMARIA

ENERO

Produbanco
Grupo Promerica

alpina

**NATURE'S
HEART**

IMPERIAL
DE FUENTE NATURAL

CHIVERIA
desde 1970

D'hoy
de verdad

Kiwa
natural life

LUNES 05

REFRIGERIO

-  Tortitas de papa con chorizo
-  Ensalada de frutas
-  Jugo de Naranja

ALMUERZO

-  Dedos de pescado s/ tártara
-  Chuleta en salsa de maracuyá
-  Arroz primavera
-  Arroz integral
-  Arepa
-  Croqueta de camote
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

MARTES 06

REFRIGERIO

-  Mote con chicharrón
-  Sandia
-  Jugo de limón

ALMUERZO

-  Pollo a la miel y mostaza
-  Seco de carne
-  Spaghetti salteado
-  Arroz integral
-  Vainita al gratín
-  Maduro frito
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

MIÉRCOLES 07

REFRIGERIO

-  Mini pancakes con miel
-  Fresas
-  Leche semi descremada

ALMUERZO

-  Chuleta salsa de champiñones
-  Tilapia a la plancha
-  Arroz con zanahoria
-  Arroz integral
-  Vegetales salsa blanca
-  Puré de papa
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

JUEVES 08

REFRIGERIO

-  Pechuga pollo: choclo salteado, lechuga, tomate
-  Pera
-  Jugo de mora

ALMUERZO

-  Bistec criollo
-  Pechuga de pollo a la plancha
-  Arroz con verduras
-  Arroz integral
-  Chips de yuca
-  Menestra de lenteja
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

VIERNES 09

REFRIGERIO

-  Torrejas de arroz con pollo
-  Papaya
-  Jugo de guayaba

ALMUERZO SERRANO

-  Hornado
-  Fritada de pollo
-  Mote con picadillo
-  Arroz integral
-  Tortilla de papa
-  Maduro frito
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

LUNES 12

REFRIGERIO

-  Fideo macarrón con pollo a la plancha
-  Guineo
-  Jugo de maracuyá

ALMUERZO

-  Pollo BBQ C
-  Lomo a la plancha
-  Arroz a las finas hierbas
-  Arroz integral
-  Puré de papa
-  Espárragos al gratín
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

MARTES 13

REFRIGERIO

-  Choclo grano habas queso
-  Sandia
-  Jugo de mora

ALMUERZO

-  Carne colorada
-  Chicharrón de pescado
-  Muchin de yuca
-  Arroz integral
-  Mote pillo
-  Brócoli al gratín
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

MIÉRCOLES 14

REFRIGERIO

-  Nuggets de pollo con papa salteada
-  Pera
-  Jugo de babaco

ALMUERZO

-  Pollo con champiñones
-  Lomo napolitano
-  Spaghetti salteado
-  Arroz integral
-  Pan ajo gratinado
-  Tortilla de zanahoria blanca
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

JUEVES 15

REFRIGERIO

-  Papa rellena con carne
-  Mandarina
-  Jugo de tamarindo

ALMUERZO

-  Parrillada/E /Pollo
-  Parrillada/E /Res
-  Papa en salsa de queso
-  Arroz integral
-  Maduro al horno
-  Papan salsa de queso
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

VIERNES 16

REFRIGERIO

-  Emborrajado
-  Ensalada de frutas
-  Leche chocolatada

ALMUERZO FELIZ

-  Hamburguesa (P/T)
-  Pollo brosterizado
-  -
-  -
-  Papa dorada
-  Onions rings
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

LUNES 19

REFRIGERIO

-  Fritadita de pollo con mote
-  Manzana
-  Jugo de mora

ALMUERZO

-  Pollo en salsa de piña
-  Chicharrón de pescado
-  Arroz a las finas hierbas
-  Arroz integral
-  Croqueta de quinua
-  Tostones con rehogado
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

MARTES 20

REFRIGERIO

-  Tortitas de papa con brócoli y queso
-  Uvas
-  Jugo de frutilla

ALMUERZO

-  Ambateñito
-  Lomo a la plancha
-  Mote con picadillo
-  Arroz integral
-  Tortilla de papa
-  Verduras en mantequilla de limón
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

MIÉRCOLES 21

REFRIGERIO

-  Empanada de carne
-  Piña
-  Avena con naranjilla

ALMUERZO

-  Papas con cuero
-  Hamburguesa Milanesa
-  Arroz al perejil
-  Arroz integral
-  Huevo duro
-  Menestra de lenteja
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

JUEVES 22

REFRIGERIO

-  Deditos de yuca con queso
-  Papaya
-  Jugo de guayaba

ALMUERZO

-  Enrollado de pollo
-  Chuleta a la plancha
-  Puré de zanahorias mixtas
-  Arroz integral
-  Papa chaucha al ajo
-  Monedas de maduro
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

VIERNES 23

REFRIGERIO

-  Pancake con miel de maple
-  Ensalada de frutas
-  Yogurt de durazno

ALMUERZO ORIENTAL

-  Pollo al curry
-  Cerdo 5 sabores (agridulce)
-  Arroz cantones
-  Arroz integral
-  Vegetales salteados con sésamo (ajonjolí)
-  Rollito de col
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

LUNES 26

REFRIGERIO

-  Bolón de verde queso
-  Ensalada de frutas
-  Jugo de tomate de árbol

ALMUERZO

-  Seco de pollo
-  Tilapia al limón
-  Arroz a las finas hierbas
-  Arroz integral
-  Croqueta de quinua
-  Tostones con rehogado
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

MARTES 27

REFRIGERIO

-  Empanada de queso
-  Sandia
-  Chocolate frío

ALMUERZO

-  Ambateñito
-  Fritada
-  Llapingachos
-  Arroz integral
-  Canguil chifles
-  Mote con picadillo
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

MIÉRCOLES 28

REFRIGERIO

-  Choclo con chicharrón
-  Pera
-  Jugo de mango

ALMUERZO

-  Pollo apanado con salsa pomodoro
-  Boloñesa
-  Spaguetti
-  Arroz integral
-  Brócoli salteado
-  Grissini de parmesano
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

JUEVES 29

REFRIGERIO

-  Tortillas de maduro con queso
-  Frutillas
-  Jugo de naranja

ALMUERZO

-  Tilapia a la plancha
-  Lomo al chimichurri
-  Arroz blanco
-  Arroz integral
-  Yuca frita
-  Menestra de garbanzo
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

VIERNES 30

REFRIGERIO

-  Pizza con queso y jamón de pollo
-  Granadilla
-  Jugo de mora

ALMUERZO TÍPICO

-  Caucara
-  Guatita
-  Arroz al perejil
-  Arroz integral
-  Tortilla de papa
-  Huevo
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

KHAFÉ
Hanaska

MENÚ

REFRIGERIO & ALMUERZO

La Condamine
Liceo franco · ecuatoriano

PRIMARIA

FEBRERO

Produbanco
Grupo Promerica

alpina

**NATURE'S
HEART**

IMPERIAL
DESDE 1951
DE FUENTE NATURAL

CHIVERIA
desde 1970

D'hoy
de verdad

Kiwa
natural life

LUNES 02

REFRIGERIO

-  Sanduche chicken salad
-  Naranja importada
-  Jugo de babaco

ALMUERZO

-  Lomo encebollado
-  Pollo con vegetales
-  Arroz blanco
-  Arroz integral
-  Bastones de yuca
-  Patacones
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

MARTES 03

REFRIGERIO

-  Mini albondigas con papitas
-  Frutillas
-  Jugo de coco

ALMUERZO

-  Tilapia al limón
-  Lasagna de res
-  Arroz blanco
-  Arroz integral
-  Vegetales al gratín
-  Grissini parmesano
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

MIÉRCOLES 04

REFRIGERIO

-  Burrito de pollo con ronditos y guacamole
-  Piña
-  Jugo de maracuyá

ALMUERZO

-  Cerdo a la plancha
-  Carne llanera
-  Mote
-  Arroz integral
-  Papas en salsa de queso
-  Verduras al olivo
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

JUEVES 05

REFRIGERIO

-  Salchipapa con lechuga y tomate
-  Guineo
-  Jugo de naranja frutilla

ALMUERZO

-  Estofado de carne
-  Pollo agridulce
-  Majado
-  Arroz integral
-  Tortilla de yuca
-  Croqueta de camote
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

VIERNES 06

REFRIGERIO

-  Tortitas de maduro con queso
-  Frutillas
-  Avena con naranjilla

ALMUERZO COSTEÑO

-  Carne a la plancha
-  Seco de pollo costeño
-  Arroz amarillo
-  Arroz integral
-  Menestra de lenteja
-  Plátano frito
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

LUNES 09

REFRIGERIO

-  Empanada de queso
-  Sandía
-  Chocolate frío

ALMUERZO

-  Cerdo salteado con legumbres
-  -
-  Arroz al curry
-  Arroz integral
-  Menestra de fréjol
-  Palmeras de verde
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

MARTES 10

REFRIGERIO

-  Quesadilla de queso con ronditos
-  Frutillas
-  Avena con naranjilla

ALMUERZO

-  Canelón de pollo
-  -
-  Arroz amarillo
-  Arroz integral
-  Papa al horno
-  Pan ajo gratinado
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

MIÉRCOLES 11

REFRIGERIO

-  Cereal Natural
-  Ensalada de frutas
-  Yogurt de mora

ALMUERZO

-  Milanesa de res
-  -
-  Puré de papa
-  Arroz integral
-  Guiso de arveja
-  Vegetales al gratil
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

JUEVES 12

REFRIGERIO

-  Arepita con carne mechada
-  Papaya
-  Jugo de frutilla

ALMUERZO

-  Cariucho de pollo
-  Tortilla de papa
-  -
-  Arroz integral
-  Croqueta de quinua y acelga
-  Chips de camote
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají

VIERNES 13

REFRIGERIO

-  Tortitas de quinoa con mozzarella
-  Naranja importada
-  Jugo de guanábana

ALMUERZO SAN VALENTIN

-  Frutti di mari
-  Spaghetti salteado
-  -
-  Arroz integral
-  Vegetales mixtos
-  Grissini
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día
-  Vinagreta - Ají