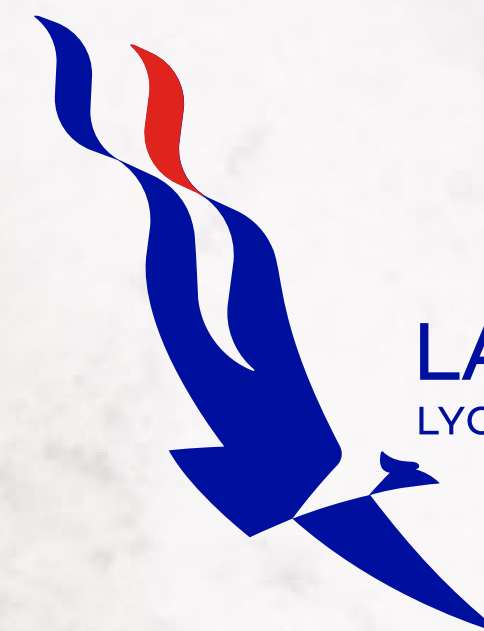


KHAFÉ
Hanaska

MENÚ

REFRIGERIO & ALMUERZO



LA CONDAMINE
LYCÉE FRANCO-ÉQUATORIEN

M A T E R N A L

SEPTIEMBRE-
OCTUBRE

Sharpie®



JUEVES

03

REFRIGERIO

-  Arepita con carne mechada
-  Mandarina
-  Jugo de tamarindo

ALMUERZO

-  Chuleta de Cerdo a la plancha
-  Tortilla de papa
-  Maduro cocido
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

VIERNES

04

REFRIGERIO

-  Tortitas de quínoa con mozzarella
-  Ensalada de frutas
-  Leche chocolatada

ALMUERZO

-  Camarón rebozado
-  Arroz amarillo
-  Yuca al perejil
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

LUNES

07

REFRIGERIO

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

ALMUERZO

-  Lomo a la plancha
-  Arroz blanco
-  Menestra de lenteja
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MARTES

08

REFRIGERIO

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

ALMUERZO

-  Pollo a la miel y mostaza
-  Spaghetti salteado
-  Arepa
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MIÉRCOLES

09

REFRIGERIO

-  Empanada de carne
-  Piña
-  Avena con naranjilla

ALMUERZO

-  Tilapia a la plancha
-  Arroz con zanahoria
-  Puré de papa
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

JUEVES

10

REFRIGERIO

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

ALMUERZO

-  Bistec criollo
-  Majado de verde
-  Chips de camote
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

VIERNES

11

REFRIGERIO

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

ALMUERZO

-  Pollo acuyado
-  Maduro frito
-  Tortilla de papa
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

LUNES 14

REFRIGERIO

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

ALMUERZO

-  Lomo a la plancha
-  Puré de papa
-  Croqueta de quinua
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MARTES 15

REFRIGERIO

-  Mote con chicharrón
-  Sandia
-  Jugo de limón

ALMUERZO

-  Chicharrón de pescado
-  Arroz blanco
-  Brocoli al gratin
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MIÉRCOLES 16

REFRIGERIO

-  Mini pancakes con miel
-  Fresas
-  Leche semi descremada

ALMUERZO

-  Pollo con champiñones
-  Spaghetti salteado
-  Pan ajo gratinado
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

JUEVES 17

REFRIGERIO

-  Pechuga de pollo con choclo salteado
-  Pera
-  Jugo de mora

ALMUERZO

-  Parrillada de Res
-  Papa en salsa de queso
-  Maduro al horno
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

VIERNES 18

REFRIGERIO

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

ALMUERZO

-  Pollo brosterizado
-  Papa dorada
-  Onions rings
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

LUNES 21

REFRIGERIO

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

ALMUERZO

-  Pollo en salsa de piña
-  Arroz a las finas hierbas
-  Papa dorada
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MARTES 22

REFRIGERIO

-  Choclo grano habas queso
-  Sandia
-  Jugo de mora

ALMUERZO

-  Fritada
-  Tortilla de papa
-  Maduro
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MIÉRCOLES 23

REFRIGERIO

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

ALMUERZO

-  Tilapia al ajillo
-  Arroz al perejil
-  Yuca frita
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

JUEVES 24

REFRIGERIO

-  Papa rellena con carne
-  Mandarina
-  Jugo de tamarindo

ALMUERZO

-  Pollo enrollado
-  Arroz amarillo
-  Papa chaucha al ajo
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

VIERNES 25

REFRIGERIO

-  Emborrajado
-  Ensalada de frutas
-  Leche chocolatada

ALMUERZO

-  Chaulafán
-  Huevo frito
-  Wantán frito
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

LUNES 28

REFRIGERIO

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

ALMUERZO

-  Seco de pollo
-  Arroz a las finas hierbas
-  Yuca al vapor
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MARTES 29

REFRIGERIO

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

ALMUERZO

-  Caucara
-  Llapingachos
-  Maduro frito
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MIÉRCOLES 30

REFRIGERIO

-  Empanada de carne
-  Piña
-  Avena con naranjilla

ALMUERZO

-  Carne boloñesa
-  Tornillo
-  Grissini
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

JUEVES 01

REFRIGERIO

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

ALMUERZO

-  Tilapia al limón
-  Arroz blanco
-  Yuca frita
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

VIERNES 02

REFRIGERIO

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

ALMUERZO

-  Churrasco de pollo
-  Arroz al perejil
-  Papa chaucha salteada
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

LUNES 05

REFRIGERIO

-  Empanada de queso
-  Ensalada de frutas
-  Jugo de tomate de árbol

ALMUERZO

-  Lomo encebollado
-  Arroz blanco
-  Palitos de verde
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MARTES 06

REFRIGERIO

-  -
-  Sandia
-  Chocolate frío

ALMUERZO

-  Tilapia al limón
-  Macarrón
-  Pan botón ajo
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MIÉRCOLES 07

REFRIGERIO

-  Choclo con chicharrón
-  Pera
-  Jugo de mango

ALMUERZO

-  Chuleta a la plancha
-  Arroz al perejil
-  Verduras salteadas
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

JUEVES 08

REFRIGERIO

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

ALMUERZO

-  Seco de pollo
-  Arroz
-  Maduro a la naranja
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

VIERNES 09

REFRIGERIO

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

ALMUERZO

-  Lasaña de carne espinaca
-  Spaghetti salteado
-  Grissini
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

LUNES12

REFRIGERIO

-  Sanduche chicken salad
-  Naranja importada
-  Jugo de babaco

ALMUERZO

-  Pollo a la plancha
-  Arroz al curry
-  Menestra de lenteja
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MARTES13

REFRIGERIO

-  Mini albóndigas con papitas
-  Frutillas
-  Jugo de coco

ALMUERZO

-  Lomo en salsa criolla
-  Souffle de verduras
-  Papa al horno
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

MIÉRCOLES14

REFRIGERIO

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

ALMUERZO

-  Milanesa de res
-  Arroz a las finas hierbas
-  Puré de yuca
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

JUEVES15

REFRIGERIO

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

ALMUERZO

-  Hornado
-  Tortilla de papa
-  Maduro frito
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

VIERNES16

REFRIGERIO

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

ALMUERZO

-  Burrito de res
-  Ronditos
-  Guacamole
-  Salad bar
-  Jugo de temporada
-  Postre del día

