



COLEGIO ABRAHAM LINCOLN

FORMATO MENU ALMUERZO

Código: FR-SEC-CAF-001

Versión: 01

Fecha: 30 de Octubre de 2010

Página 1 de 1

FEBRERO DE 2018	SOPA	PROTEICO PRINCIPAL	PROTEICO OPCIONAL	PROTEICO DIETA	PROTEICO PREESCOLAR	ENERGETICOS		VERDURA CALIENTE	JUGOS	POSTRE
Jueves 1	Colicero	Ternera Asada	Pollo salsa de piña	Ternera a la parrilla	Ternera Asada	Ensalada de pasta	Arroz blanco	Pepinos guisados	Jugo de fruta natural	Chocolatina
Viernes 2	Crema de tomate	Arroz Chino	Pollo al puerro	Pechuga de pollo a la plancha	Arroz Chino	Papa a la Francesa	Arroz Blanco	Calabaza guisada	Jugo de fruta natural	Flan de vainilla

Lunes 5	Arroz	Churrasquito	Pollo salsa nueces	Churrasco	Churrasquito	Papa sowar	Arroz blanco	Tomate relleno	Jugo de fruta natural	Cocada
Martes 6	Lentejas	Pollo a la cazadora	Quibbes	Pechuga parrilla	Pollo a la cazadora	Papa dorada	Arroz al Cilantro	Ensalada Mediterranea	Jugo de fruta natural	Chocolatina
Miercoles 7	Ajiaquito	Salchichas agridulces	Pollo con semillas	Pollo con semillas	Salchichas Agridulces	Torta de papa	Arroz blanco	Brócoli al gratín	Jugo de fruta natural	Tiramisu
Jueves 8	Tres granos	Spaguetti Bolognesa	Lomo de cerdo en salsa de uchuvas	Lomo de cerdo al horno	Spaguetti Bolognesa	Pan Orégano	Arroz blanco	Ensalada de frutas	Jugo de fruta natural	Minipasabocas
Viernes 9	Sanchocho	Róbaló a las finas hierbas	Pollo en salsa de champiñones	Róbaló grille	Róbaló a las finas hierbas	Aborrajados	Arroz blanco	Arveja ranchera	Jugo de fruta natural	Repollitas

Semana del 12 al 16 de Febrero	SEMANA LINCOLNIANA (Los menús serán programados de acuerdo a lo solicitado por la Academia)									
--------------------------------	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Lunes 19	Cuchuco de maíz	Carne en bisteck	Pollo a la Jardinera	Pechuga a la plancha	Carne en bisteck	Yuca Dorada	Arroz blanco	Ensalada tres granos	Jugo de fruta Natural	Crispetas
Martes 20	Quinoa	Nuggets pollo	Goulash a la Hungara	Carne a la plancha	Nuggets de pollo	Papa esmeralda	Arroz al cebollín	Ensalada roja	Jugo de fruta Natural	Minimuffins
Miercoles 21	Avena	Lentejas/Carne molida	Pollo a la criolla	Carne molida	Lenteja/Carne molida	Tajadas de maduro	Arroz blanco	Ensalada mixta	Jugo de fruta Natural	Nucita
Jueves 22	FESTIVAL ESPAÑOL									
Viernes 23	Campesina	Vol au vent de pollo	Sobrebarriga al horno	Sobrebarriga a la parrilla	Vol au vent de pollo	Papa Chip	Arroz blanco	Ensalada Waldorf	Jugo de fruta Natural	Chin chin

Lunes 26	Crema de mazorca	Ragout de ternera	Pollo Dorado	Ternera a la plancha	Ragout de Ternera	Papa Ranchera	Arroz blanco	Coliflor a la Orly	Jugo de fruta Natural	Aspic de gelatina
Martes 27	Ajiaco	Pollo desmechado	Quibbes	Pollo desmecha	Pollo desmechado	Arepa blanca	Arroz blanco	Aguacate	Jugo de fruta Natural	Barquillo
Miercoles 28	Verduras	Pollo Teriyaky	Beef Stroganoff	Pollo grillé	Pollo Teriyaky	Bananitos apanados	Arroz blanco	Zanahoria salteada	Jugo de fruta Natural	Minibrownies

LOS MENUS INCLUYEN TODOS LOS DIAS BARRA DE ENSALADAS Y FRUTA Y ESTAN SUJETOS A CAMBIOS EN CASO DE EXTREMA NECESIDAD

Elaboró:

Chef y Jefe de Cafetería

Aprobó:

Jefe de Cafetería



COLEGIO ABRAHAM LINCOLN

FORMATO MENU REFRIGERIO

Código: FR-SEC-CAF-19

Versión: 02 Fecha: 30 de Octubre de 2010 Página 1 de 1

MES: FEBRERO DE 2018

Fecha	Bebida	Carbohidrato	Acompañamiento
<i>Jueves 1</i>	JUGO DE LULO	SANDWICH DE HUEVO Y JAMON	FRUTA COSECHA
<i>Viernes 2</i>	FRESKAVENA	CORAZONES	FRUTA COSECHA
<i>Lunes 5</i>	JUGO DE MORA	PONQUE GALA	ALPINITO
<i>Martes 6</i>	KUMIS	BOLITAS DE AVENA	FRUTA DE COSECHA
<i>Miercoles 7</i>	JUGO DE GUANABANA	QUESO MOZARELLA Y BARRA DE CEREAL	FRUTA DE COSECHA
<i>Jueves 8</i>	MILO	PAN DE YUCA	FRUTA DE COSECHA
<i>Viernes 9</i>	JUGO DE MARACUYA	PICADA	FRUTA DE COSECHA
<i>Febrero 12 al 16</i>	SEMANA LINCOLNIANA (Los menús serán programados de acuerdo a lo solicitado por la Academia)		
<i>Lunes 19</i>	YOGURTH	GRANOLA	FRUTA DE COSECHA
<i>Martes 20</i>	JUGO DE LULO	CROISSANT QUESO	FRUTA DE COSECHA
<i>Miercoles 21</i>	AVENA	MUFFINS	FRUTA DE COSECHA
<i>Jueves 22</i>	JUGO DE MORA	PASTEL HAWAIANO	FRUTA COSECHA
<i>Viernes 23</i>	LECHE ACHOCOLATADA	AREPA ASADA	FRUTA DE COSECHA
<i>Lunes 26</i>	JUGO DE NARANJA	EMPANADA	FRUTA DE COSECHA
<i>Martes 27</i>	LECHE	BROWNIE	FRUTA DE COSECHA
<i>Miercoles 28</i>	JUGO DE MANGO	PERRO CALIENTE	FRUTA COSECHA

Gloria Stella Muñoz G.
Jefe Cafeteria

Se publica pero el Colegio podrá hacer los los cambios que se requieran.