



## COLEGIO ABRAHAM LINCOLN

## FORMATO MENUS ALMUERZO

Código: FR-SEC-CAF-001

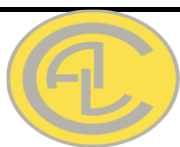
Versión: 01

Fecha: 30 de octubre de 2010

Página 1 de 1

NOVIEMBRE DE 2017	SOPA	PROTEICO PRINCIPAL	PROTEICO OPCIONAL	PROTEICO PREESCOLAR	PROTEICO DIETA	ENERGETICOS		VERDURA CALIENTE	JUGOS	POSTRE
<b>Miercoles 1</b>	Ajiaco Santaferño	Pollo desmechado	Quibbes con tahine	Ajiaco con pollo	Quibbes con tahinne	Mazorca a la criolla/crema leche/alcaparras	Arroz blanco	Aguacate	Jugo de fruta natural	Mora con arequipe
<b>Jueves 2</b>	Sopa de Plátano	Albóndigas	Pollo con semillas	Albóndigas	Pollo con semillas	Torta de Calabacín	Arroz blanco	Habichuelas a las finas hierbas	Jugo de fruta natural	Merengue
<b>Viernes 3</b>	Mazamorra chiquita	Picada mixta	Pechuga en salsa al Curry	Picada mixta	Pechuga a la plancha	Criollitas al horno	Arroz blanco	Brócoli al vapor	Jugo de fruta natural	Gomitas
<b>Martes 7</b>	Crema de verduras	Fajitas de pollo	Milanesa de cerdo	Fajitas de pollo	Fajitas de pollo	Bananitos apanados	Arroz perla	Tomate con mozzarella	Jugo de fruta Natural	Helado
<b>Miercoles 8</b>	Sopa de Arroz	Ternera Asada	Pollo en salsa de piña	Ternera Asada	Ternera a la parrilla	Ensalada Italiana	Arroz blanco	Pepinos guisados	Jugo de fruta Natural	Fresas con chocolate
<b>Jueves 9</b>	Sopa de avena	Pollo en salsa criolla	Carne a la parrilla	Pollo en salsa criolla	Carne a la parrilla	Papa chalequiada	Arroz blanco	Torta de zanahoria	Jugo de fruta Natural	Obleas
<b>Viernes 10</b>	Crema de champiñones	Arroz con pollo	Quibbess con tahinne	Arroz con pollo	Quibbes con tahinne	Papa a la Francesa	Arroz blanco	Ensalada Fresca	Jugo de fruta Natural	Chocolatina
<b>Martes 14</b>	Sopa de Quinua	Nuggets de pollo	Carne en bsteck	Nuggets de pollo	Carne a la plancha	Papa Mayonesa	Arroz blanco	Ensalada Roja	Jugo de fruta Natural	Muffins
<b>Miercoles 15</b>	Sopa de patacón	Atún con verdura	Pollo Salsa Agri dulce	Atún con verduras	Atún	Papa en chupe	Arroz blanco	Buñuelos de acelgas	Jugo de fruta Natural	Helado en cono
<b>Jueves 16</b>	Sopa de Cebada perlada	Filete de Pechuga a la plancha	Carne encebollada	Filete de pechuga a la plancha	Pechuga a la parrilla	Criollitas al horno	Arroz con ajonjolí	Acelga a la rioja	Jugo de fruta Natural	Masmelos rellenos
<b>Viernes 17</b>	Sopa de Arracacha	Tacos	Pollo a la plancha	Carne Molida	Carne Molida	Nachos	Arroz blanco	Zanahoria	Jugo de fruta Natural	Galletas bridge
<b>Lunes 20</b>	Sopa de Ajaquito	Salchichas agri dulces	Pollo en salsa de nueces	Salchichas agri dulces	Suprema de pollo	Torta Española	Arroz blanco	Brócoli al gratín	Jugo de fruta Natural	Tiramisú
<b>Martes 21</b>	Crema de champiñones	Tallarines con pollo	Milanesa de cerdo	Tallarines con Pollo	Lomo de cerdo grille	Mogollita con ajonjoli	Arroz blanco	Ensalada tropical	Jugo de fruta Natural	Mini ositos
<b>Miercoles 22</b>	Sopa de verduras	Lenteja con carne molida	Pollo en salsa criolla	Lenteja con carne molida	Pollo al horno	Patacón	Arroz blanco	Zanahoria	Jugo de fruta Natural	Gomas figuritas
<b>Jueves 23</b>	DÍA DE ACCION DE GRACIAS									
<b>Viernes 24</b>	Sopa de Pasta	Costillitas BBQ	Pechuga a la plancha	Costillitas BBQ	Pechuga a la Plancha	Driollas doradas	Arroz blanco	Verdura mixta	Jugo de fruta Natural	Polvorosas
<b>Lunes 27</b>	Sopa Cuchuco de trigo	Carne encebollada	Pollo a la Meryland	Carne encebollada	Pollo a la plancha	Papa salada	Arroz tigre	Torta de espinaca	Jugo de fruta Natural	Barrilete
<b>Martes 28</b>	Sopa de conchitas	Róbaló en salsa Tártara	Pollo al vino	Róbaló en salsa tártara	Róbaló a la plancha	Tóstones de Plátano	Arroz Perejil	Habichuela a las finas Hierbas	Jugo de fruta Natural	Arroz con leche
<b>Miercoles 29</b>	Sopa de Colicero	Pollo al horno	Ternera campesina	Pollo al horno	Pollo al horno	Anillos de cebolla	Arroz perla	Brócoli al Gratín	Jugo de fruta Natural	Minibrownie
<b>Jueves 30</b>	Sopa de Arroz	Shop Suey	Muchacho glaceado	Shop suey	Muchacho al horno	Casquitos de papa	Arroz blanco	Tomate el orégano	Jugo de fruta Natural	Minidonas

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



COLEGIO ABRAHAM LINCOLN

FORMATO MENU REFRIGERIO

Código: FR-SEC-CAF-019

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

MES: NOVIEMBRE DE 2017

Fecha	Bebida	Carbohidrato	Acompañamiento
<i>Miercoles 1</i>	MALTEADA	PASABOCAS	FRUTA DE COSECHA
<i>Jueves 2</i>	JUGO DE MANDARINA	DEDITOS DE QUESO	GELATINA CON FRUTA
<i>Viernes 3</i>	AVENA FRIA	MANTECADA	FRUTA DE COSECHA
<i>Martes 7</i>	YOGURTH	GRANOLA	BANANO
<i>Miercoles 8</i>	FRESKAVENA	CORAZONES	FRUTA DE COSECHA
<i>Jueves 9</i>	MILO	PAN DE YUCA	FRUTA DE COSECHA
<i>Viernes 10</i>	JUGO DE MANDARINA	PIZZA	FRUTA DE COSECHA
<i>Martes 14</i>	JUGO DE LULO	AREPA HUEVO	FRUTA DE COSECHA
<i>Miercoles 15</i>	SORBETE FRESA	PASTEL HAWAIANO	FRUTA DE COSECHA
<i>Jueves 16</i>	LECHE	FRESAS CON CHOCOLATE	GALLETA CLUB SOCIAL
<i>Viernes 17</i>	JUGO DE GUANABANA	CROISSANT	PERA
<i>Lunes 20</i>	MALTEADA	DONA	FRUTA DE COSECHA
<i>Martes 21</i>	JUGO DE NARANJA	SANDWICH	PAPAYA
<i>Miercoles 22</i>	JUGO DE MORA	PONQUE GALA	ALPINITO
<i>Jueves 23</i>	FRESKAVENA	ALMOJABANA	CIRUELA
<i>Viernes 24</i>	JUGO DE GUANABANA	QUESO MOZARELLA CON BARRA CEREAL	NARANJA TANGELO
<i>Lunes 27</i>	JUGO DE MORA	EMPANADA	ALPINITO
<i>Martes 28</i>	LECHE	GALLETA OREO	FRUTA DE COSECHA
<i>Miercoles 29</i>	KUMIS	TORTA DE QUESO	FRUTA DE COSECHA
<i>Jueves 30</i>	LECHE ACHOCOLATADA	AREPA	FRUTA DE COSECHA

Gloria Stella Muñoz G.  
Jefe Cafeteria

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