



COLEGIO ABRAHAM LINCOLN

FORMATO MENU REFRIGERIO

Código: FR-SEC-CAF-019

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

MES: ENERO DE 2019

Fecha	Bebida	Carbohidrato	Acompañamiento
<i>Miercoles 9</i>	LECHE	FRESAS CON CHOCOLATE	GALLETAS CLUB SOCIAL
<i>Jueves 10</i>	LECHE ACHOCOLATADA	AREPA	FRUTA DE COSECHA
<i>Viernes 11</i>	JUGO DE MANGO	PAN DE BONO	GELATINA
<i>Lunes 14</i>	YOGURTH	GRANOLA	FRUTA DE COSECHA
<i>Martes 15</i>	JUGO DE FRESA	DEDITOS DE QUESO	FRUTA DE COSECHA
<i>Miercoles 16</i>	MALTEADA	PASABOCAS	FRUTA DE COSECHA
<i>Jueves 17</i>	MILO	RECTANGULO DE QUESO CREMA CON NUEZ	FRUTA DE COSECHA
<i>Viernes 18</i>	JUGO DE MANGO	PERRO CALIENTE	FRUTA DE COSECHA
<i>Lunes 21</i>	JUGO NARANJA	EMPANADA	FRUTA DE COSECHA
<i>Martes 22</i>	AVENA FRIA	MANTECADA	FRUTA DE COSECHA
<i>Miercoles 23</i>	JUGO DE LULO	PASTEL DE POLLO	FRUTA DE COSECHA
<i>Jueves 24</i>	FRESKAVENA	ALMOJABANA	FRUTA DE COSECHA
<i>Viernes 25</i>	JUGO DE NARANJA	SANDWICH JAMON Y HUEVO	
<i>Lunes 28</i>	LECHE	DONA	FRUTA DE COSECHA
<i>Martes 29</i>	FRESKVENA	CORAZON	FRUTA DE COSECHA
<i>Miercoles 30</i>	JUGO DE LULO	ROLLITOS DE JAMON DE PAVO Y QUESO . GALLETAS CLUB SOCIAL	LECHERA
<i>Jueves 31</i>	HELADO	TORTA SELVA NEGRA	FRUTA DE COSECHA

Gloria Stella Muñoz G.
Jefe Cafeteria

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



COLEGIO ABRAHAM LINCOLN

FORMATO MENU ALMUERZO

Código: FR-SEC-CAF-001

Versión: 01

Fecha: 30 de Octubre 2010

Página 1 de 1

ENERO DE 2019	SOPA	PROTEICO PRINCIPAL	PROTEICO OPCIONAL	PROTEICO PREESCOLAR	PROTEICO DIETA	ENERGETICOS		VERDURA CALIENTE	JUGOS	POSTRE
Miercoles 9	Avena	Lentejas/Carne molida	Pollo a la Criolla	Lentejas/Carne molida	Carne molida	Tajadas de maduro	Arroz blanco	Ensalada Mixta	Jugo de fruta Natural	Nucita
Jueves 10	Crema Champiñones	Raviolis con pollo	Chuleta cerdo a la parrilla	Raviolis con pollo	Chuleta cerdo a la parrilla	Pan Focaccia	Arroz blanco	Ensalada Tropical	Jugo de fruta natural	Gomitas
Viernes 11	Cebada Perlada	Sobrebarriga al horno	Pollo a las finas hierbas	Sobrebarriga al horno	Sobrebarriga al horno	Papitas chorriadas	Arroz criollo	Ensalada de aguacate	Jugo de fruta natural	Quesadillas
Lunes 14	Cuchuco de trigo	Carne encebollada	Pechuga al ajonjoli	Carne encebollada	Carne asada	Papa salada	Arroz tigre	Torta de espinaca	Jugo de fruta natural	Barrilete
Martes 15	Arroz	Shop suey	Muchacho Glaceado	Shop Suey	Muchacho al horno	Cásquitos de papa	Arroz Blanco	Tomate al orégano	Jugo de fruta natural	Mini donas
Miercoles 16	Colicero	Pollo al horno	Goulash a la Húngara	Pollo al horno	Pollo al horno	Anillos de cebolla	Arroz perla	Brócoli al gratin	Jugo de fruta natural	Minibrownie
Jueves 17	Mute	Carne Mechada	Pollo en Salsa Almendras	Carne mechada	Carne mechada	Patacón	Arroz blanco	Mazorca a la criolla	Jugo de fruta natural	Queso con bocadillo
Viernes 18	Fideos	Arroz con pollo	Quibbes	Arroz con pollo	Quibbes	Papa a lafrancesa	Arroz blanco	Champiñones al ajillo	Jugo de fruta natural	Chocolatina
Lunes 21	Cuchuco de maíz	Carne en bisteck	Suprema de pollo	Carne en bisteck	Carne asada	Yuca dorada	Arroz blanco	Ensalada tres granos	Jugo de fruta natural	Crispetas
Martes 22	Boullavaise	Pechuga a la plancha	Beef Stroganoff	Pechuga a la plancha	Pechuga grille	Plátano con queso y bocadillo	Arroz blanco	Poteca de Ahuyama	Jugo de fruta natural	Quimbaya
Miercoles 23	Crema de mazorca	Ragout de ternera	Pollo a la criolla	Ragout de ternera	Terner a la plancha	Papa ranchera	Arroz blanco	Coliflor a la Orly	Jugo de fruta natural	Aspic de gelatina
Jueves 24	Pasta	Costillitas BBQ	Pollo Grillé	Costillitas BBQ	Pollo Grillé	Criollitas doradas	Arroz al ajonjoli	Verdura mixta	Jugo de fruta natural	Polvorosas
Viernes 25	Ajiaco	Pollo desmechado	Milanesa de cerdo	Pollo desmechado	Pollo desmechado	Arepa blanca	Arroz blanco	Aguacate	Jugo de fruta natural	Barquillo
Lunes 28	Patacón	Atún con verduras	Chuleta de cerdo grille	Atún con verduras	Atún	Papa en chupe	Arroz blanco	Buñuelos de acelga	Jugo de fruta natural	Helado en cono
Martes 29	Frijolada	Carne en polvo	Filete pechuga en salsa de almendras	Carne en polvo	Carne en polvo	Plátano al horno	Arroz blanco	Aguacate	Jugo de fruta natural	Gelatina
Miercoles 30	Sancocho	Robalo a las finas hierbas	Pollo en salsa de coco y mango	Róbalo a las finas hierbas	Pollo a la plancha	Patacón	Arroz blanco	Arvejas rancheras	Jugo de fruta natural	Repollitas
Jueves 31	Minestrone	Pollo broaster	Rollitos indios	Pollo a la broaster	Pollo al horno	Puré de papa	Arroz tigre	Macedoria de verduras	Jugo de fruta natural	Masmelos

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

Elaboró: Chef y Jefe de Cafetería

Aprobó: Jefe de Cafetería