

**COLEGIO ABRAHAM LINCOLN****FORMATO MENU REFRIGERIO**

Código: FR-SEC-CAF-019

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

MES: MARZO DE 2019

Fecha	Bebida	Carbohidrato	Acompañamiento
<i>Viernes 1</i>	LECHE	MUFFINS DE CHOCOLATE	FRUTA DE COSECHA
<i>Lunes 4</i>	YOGURTH	GRANOLA	FRUTA DE COSECHA
<i>Martes 5</i>	FRESKAVERNA	ALMOJABANA	FRUTA DE COSECHA
<i>Miércoles 6</i>	JUGO DE LULO	GALLETAS CLUB SOCIAL/ROLLITOS JAMÓN Y QUESO	LECHERITA
<i>Jueves 7</i>	LECHE ACHOCOLATADA	TORTA DE QUESO	FRUTA DE COSECHA
<i>Viernes 8</i>	JUGO DE MANGO	PERRO CALIENTE	FRUTA DE COSECHA
<i>Lunes 11</i>	LECHE	GALLETAS MINICHIPS	GELATINA
<i>Martes 12</i>	JUGO DE LULO	PASTEL DE POLLO	FRUTA DE COSECHA
<i>Miércoles 13</i>	MALTEADA	PASABOCA	FRUTA DE COSECHA
<i>Jueves 14</i>	JUGO DE FRESA	DEDITOS DE QUESO	FRUTA DE COSECHA
<i>Viernes 15</i>	AVENA FRIA	MANTECADA	FRUTA DE COSECHA
<i>Lunes 18</i>	JORNADA PEDAGOGICA		
<i>Martes 19</i>	MILO	BUÑUELO	FRUTA DE COSECHA
<i>Miércoles 20</i>	JUGO DE MARACUYA	SANDWICH JAMON Y QUESO	FRUTA DE COSECHA
<i>Jueves 21</i>	HELADO	TORTA SELVA NEGRA	FRUTA DE COSECHA
<i>Viernes 22</i>		AREPA DE QUESO	FRUTA DE COSECHA
<i>Martes 26</i>	JUGO DE NARANJA	EMPANADA	FRUTA DE COSECHA
<i>Miércoles 27</i>	LECHE	DONA	FRUTA DE COSECHA
<i>Jueves 28</i>	JUGO DE MARACUYA	PICADA	FRUTA DE COSECHA
<i>Viernes 29</i>	JUGO DE MANDARINA	PIZZA	FRUTA DE COSECHA

Gloria Stella Muñoz G.
Jefe Cafetería

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



COLEGIO ABRAHAM LINCOLN

FORMATO MENU ALMUERZO

Código: FR-SEC-CAF-001

Versión: 01

Fecha: 30 de Octubre de 2010

Página 1 de 1

MARZO DE 2019	SOPA	PROTEICO PRINCIPAL	PROTEICO OPCIONAL	PROTEICO PREESCOLAR	PROTEICO DIETA	ENERGETICOS		VERDURA CALIENTE	JUGOS	POSTRE
<i>Viernes 1</i>	Crema de Verduras	Hamburguesa	Filete pechuga en salsa de almendras	Hamburguesa	Filete pechuga grillé	Pan hamburguesa	Papa chip	Cebolla salteada y tomate	Jugo de fruta natural	Gomitas
<i>Lunes 4</i>	Cuchuco de trigo	Carne encebollada	Pechuga con semillas	Carne encebollada	Carne asada	Papa salada	Arroz tigre	Torta Espinaca	Jugo de fruta natural	Barriete
<i>Martes 5</i>	Verduras	Pollo en salsa Champiñones	Medallones de res	Pollo en salsa champiñones	Medallones de res	Papa con ajonjolí	Arroz blanco	Torta de zanahoria	Jugo de fruta natural	Oblea
<i>Miercoles 6</i>	Frijolada	Carne en polvo	Muslitos de pollo en salsa de durazno	Carne en polvo	Pollo grille	Plátano al horno	Arroz blanco	Aguacate	Jugo de fruta natural	Gelatina
<i>Jueves 7</i>	Crema de Cebolla	Cordon blue	Julianas de res a la mostaza	Cordon blue	Julianas de res a la parrilla	Papa carret	Arroz blanco	Tomates rellenos	Jugo de fruta natural	Torta tres leches
<i>Viernes 8</i>	Arroz	Shop Suey	Rollito de carne	Shop Suey	Fajitas pollo	Casquitos de papa	Arroz blanco	Tomate al orégano	Jugo de fruta natural	Minidonas
<i>Lunes 11</i>	Colicero	Ternera Asada	Pollo Oriental	Ternera Asada	Pollo dorado	Ensalada de pasta	Arroz blanco	Pepinos guisados	Jugo de fruta natural	Fresas con crema
<i>Martes 12</i>	Mute	Carne mechada	Pollo en salsa de almendras	Carne mechada	Pollo parrilla	Patacón	Arroz blanco	Mazorca a la criolla	Jugo de fruta natural	Queso y bocadillo
<i>Miercoles 13</i>	Cuchuco de maíz	Pollo New Orleans	Lonjitas de carne a la pimienta	Pollo New Orleans	Carne dorada	Torta de Ahuyama	Arroz blanco	Habichuela a las finas hierbas	Jugo de fruta natural	Arequipe
<i>Jueves 14</i>	Garbanzo	Lomo de cerdo en salsa de ciruela	Pollo a las finas hierbas	Lomo de cerdo en salsa de ciruelas	Pollo a las finas hierbas	Ensalada Rusa	Arroz blanco	Coliflor al Gratin	Jugo de fruta natural	Minidonas
<i>Viernes 15</i>	Fideos	Arroz con pollo	Julianas de ternera	Arroz con pollo	Julianas de ternera	Papa a la francesa		Champiñones al ajillo	Jugo de fruta natural	Chocolatina
<i>Lunes 18</i>	JORNADA PEDAGOGICA									
<i>Martes 19</i>	Crema Espárragos	Estofado Muxto	Pollo a la criolla	Estofado Mixto	Cuadritos de pollo grillé	Papa en naco	Arroz blanco	Ensalada de espinaca	Jugo de fruta natural	Pudín de chocolate
<i>Miercoles 20</i>	FESTIVAL FRANCES									
<i>Jueves 21</i>	Pasta	Costillitas BBQ	Pollo encebollado	Costillitas BBQ	Pollo encebollado	Criollitas doradas	Arroz al ajonjolí	Verdura Mixta	Jugo de fruta natural	Polvorosas
<i>Viernes 22</i>	Cebada Perlada	Sobrebarriga al horno	Colombians de pollo	Sobrebarriga al horno	Colombina pollo al horno	Papitas chorriadas	Arroz criollo	Ensalada de Aguacate	Jugo de fruta natural	Quesadillas
<i>Martes 26</i>	Cuchuco de maíz	Carne en bisteck	Filete pechuga a la plancha	Carne en bisteck	Carne asada	Yuca dorada	Arroz blanco	Ensalada tres granos	Jugo de fruta natural	Crispetas
<i>Miercoles 27</i>	Sancocho	Mojarra a las finas hierbas	Pollo al vino	Mojarra a las finas hierbas	Filete de mojarra a la plancha	Tostones de plátano	Arroz blanco	Arvejas rancheras	Jugo de fruta natural	Repollitas
<i>Jueves 28</i>	Ajiaco	Pollo Desmechado	Quibbes con tahinne	Pollo desmechado	Pollo desmechado	Arepa blanca	Arroz blanco	Aguacate	Jugo de fruta natural	Barquillo
<i>Viernes 29</i>	Minestrone	Pollo Broaster	Muchahco en salsa Demiglace	Pollo broaster	Muchacho al horno	Puré de papa	Arroz tigre	Macedonia de verduras	Jugo de fruta natural	Masmelos

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

Elaboró:

Chef y Jefe de Cafetería

Aprobó:

Jefe de Cafetería