



COLEGIO ABRAHAM LINCOLN

FORMATO MENU REFRIGERIO

Código: FR-SEC-CAF-019

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

MES: MAYO DE 2019

Fecha	Bebida	Carbohidrato	Acompañamiento
Jueves 2	LECHE	DONA	FRUTA DE COSECHA
Viernes 3	FRESCAVENA	ALMOJABANA	FRUTA DE COSECHA
Lunes 6	JUGO DE NARANJA	SANDWICH DE JAMÓN Y HUEVO	FRUTA DE COSECHA
Martes 7	LECHE	BROWNIE	FRUTA DE COSECHA
Miercoles 8	JUGO DE MANGO	PAN DE BONO	GELATINA
Jueves 9	AVENA FRIA	CHURRO	FRUTA DE COSECHA
Viernes 10	LECHE ACHOCOLATADA	AREPA DE QUESO	FRUTA DE COSECHA
Lunes 13	JUGO DE LULO	AREPA DE HUEVO	FRUTA DE COSECHA
Martes 14	MALTEADA	CROISSANT QUESO	FRUTA DE COSECHA
Miercoles 15	MILO	BUÑUELO	FRUTA DE COSECHA
Jueves 16	AVENA FRIA	MANTECADA	FRUTA DE COSECHA
Viernes 17	DIA DEL PROFESOR		
Lunes 20	JUGO DE NARANJA	EMPANADA	ALPINITO
Martes 21	FRESKAVENA	CORAZON	FRUTA DE COSECHA
Miercoles 22	KUMIS	BOLITAS DE AVENA	FRUTA DE COSECHA
Jueves 23	LECHE ACHOCOLATADA	TORTA DE QUESO	FRUTA DE COSECHA
Viernes 24	JUGO DE MANDARINA	PIZZA	FRUTA DE COSECHA
Lunes 27	YOGURTH	GRANOLA	FRUTA DE COSECHA
Martes 28	JUGO DE LULO	ROLLITOS JAMON Y QUESO/GALLETAS	LECHERITA
Miercoles 29	HELADO	TORTA SELVA NEGRA	FRUTA DE COSECHA
Jueves 30	MILO	PAN DE YUCA	FRUTA DE COSECHA
Viernes 31	LECHE	FRESAS CON CHOCOLATE	GALLETA CLUB SOCIAL

Gloria Stella Muñoz G.

Jefe Cafeteria

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



FORMATO MENU ALMUERZO

Código: FR-SEC-CAF-001

Versión: 01

Fecha: 30 de Octubre de 2010

Página 1 de 1

MAYO DE 2019	SOPA	PROTEICO PRINCIPAL	PROTEICO OPCIONAL	PROTEICO PREESCOLAR	PROTEICO DIETA	ENERGETICOS		VERDURA CALIENTE	JUGOS	POSTRE
Jueves 2	Arroz	Churrasquito	Pollo en salsa agri dulce	Churrasquito	Churrasquito	Papa Sowar	Arroz blanco	Tomates rellenos	Jugo de fruta natural	Cocadas
Viernes 3	Crema pollo	Tacos	Pollo a la plancha	Tacos	Pollo ajonjolí	Nachos	Arroz blanco	Guacamole	Jugo de fruta natural	Pudin de caramelo
Lunes 6	Cebada Perlada	Pechuga al ajonjolí	Carne en bistec	Pechuga al ajonjolí	Pechuga a la plancha	Criollitas con hogao	Arroz blanco	Acelgas guisadas	Jugo de fruta natural	Paleta de agua
Martes 7	Crema de Mazorca	Ragout de Ternera	Pollo dorado	Ragout de ternera	Ternera a la plancha	Papa ranchera	Arroz blanco	Coliflor a la Orly	Jugo de fruta natural	Aspica de Gelatina
Miércoles 8	Ajaquito	Salchichas agri dulces	Pollo en salsa de nueces	Salchichas agri dulces	Pollo a la parrilla	Torta de papa española	Arroz blanco	Brócoli al gratín	Jugo de fruta natural	Tiramisú
Jueves 9	Tres granos	Spaguetti Bolognesa	Cerdo en salsa de uchuyas	Spaguetti Bolognesa	Milanesa de cerdo a la plancha	Pan Orégano	Arroz blanco	Ensalada de Frutas	Jugo de fruta natural	Minipabocas
Viernes 10	Fideos	Arroz con pollo	Julianas de ternera	Arroz con pollo	Julianas a la parrilla	Papa a la francesa	Arroz blanco	Champiñones al ajillo	Jugo de fruta natural	Chocolatina
Lunes 13	Boullavaise	Pechuga a la plancha	Carne asada	Pechuga a la plancha	Carne criolla	Plátano con queso y bocadillo	Arroz blanco	Poteca de Ahuyama	Jugo de fruta natural	Quimbaya
Martes 14	Colicero	Ternera Asada	Pollo campesino	Ternera asada	Ternera grille	Ensalada de pasta	Arroz blanco	Pepinos guisados	Jugo de fruta natural	Fresas con crema
Miércoles 15	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 16	Arroz	Shop suey	Rollito de carne	Shop suey	Fajitas de pollo	Casquitos de papa	Arroz blanco	Tomate al orégano	Jugo de fruta natural	Minidonas
Viernes 17	DIA DEL PROFESOR									
Lunes 20	Cuchuco de maiz	Carne en Bistec	Pollo a la jardinera	Carne en Bistec	Carne a la parrilla	Yuca dorada	Arroz blanco	Ensalada tres granos	Jugo de fruta natural	Crispetas
Martes 21	Verduras	Pollo en salsa de champiñones	Medallones de res	Pollo en salsa de champiñones	Medallones de res	Papa con ajonjolí	Arroz blanco	Torta de zanahoria	Jugo de fruta natural	Oblea
Miércoles 22	Garbanzo	Lomo de Cerdo en salsa de Ciruela	Pollo a las finas hierbas	Lomo de Cerdo en salsa de Ciruela	Pollo a las finas hierba	Ensalada Rusa	Arroz blanco	Coliflor al gratín	Jugo de fruta natural	Minidonas
Jueves 23	Ajaco	Pollo Desmechado	Carne a la Húngara	Pollo desmechado	Pollo desmechado	Arepa blanca	Arroz blanco	Aguacate	Jugo de fruta natural	Barquillo
Viernes 24	Sancocho	Filete de Mojarra a las finas hierbas	Julianas de res a la grillé	Filete de Mojarra a las finas hierbas	Julianas de res a la grillé	Tóstones de plátano maduro	Arroz blanco	Arvejas Rancheras	Jugo de fruta natural	Repollitas
Lunes 27	Cuchuco de trigo	Carne encebollada	Muslitos en salsa de la casa	Carne encebollada	Carne a la plancha	Papa saladada	Arroz tigre	Torta espinaca	Jugo de	Barilete
Martes 28	Lentejas	Pollo a la cazadora	Res a la parrilla	Pollo a la cazadora	Res a la parrilla	Papa dorada	Arroz Cilantro	Ensalada Mediterranea	Jugo de fruta natural	Chocolatina
Miércoles 29	Frijolada	Carne molida	Filete de pechuga en salsa de almendras	Pechuga plancha	Filete pechuga almendrada	Maduro al horno	Arroz blanco	Aguacate	Jugo de fruta natural	Gelatina
Jueves 30	Cuchuco de maiz	Pollo New Orleans	Ternera a la parrilla	Pollo New Orleans	Ternera a la parrilla	Torta de Ahuyama	Arroz blanco	Habichuela a las finas hierbas	Jugo de fruta natural	Muffin
Viernes 31	Mazamorra chiquita	Picada mixta	Pechuga en salsa al curry	Picada Mixta	Pechuga grillé	Criollitas al horno	Arroz blanco	Guacamole	Jugo de fruta natural	Gomitas

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