



COLEGIO ABRAHAM LINCOLN

FORMATO MENU ALMUERZO

Código: FR-SEC-CAF-001

Versión: 01

Fecha: 30 de Octubre de 2010

Página 1 de 1

MAYO DE 2022	SOPA	PROTEICO PRINCIPAL	PROTEICO OPCIONAL	PROTEICO PREESCOLAR	PROTEICO DIETA	ENERGETICOS	VERDURA CALIENTE	JUGOS	POSTRE	
<b>Lunes 2</b>	Patacón	Pechuga al ajonjolí	Carne en bisteck	Pechuga al ajonjolí	Pechuga ajonjolí	Criollitas con hogao	Arroz blanco	Acelgas guisadas	Jugo de fruta natural	Helado
<b>Martes 3</b>	Sopa arroz	Lomo cerdo salsa thai	Pollo Napolitano	Lomo cerdo salsa thai	Pechuga al horno	Ensalada Rusa	Arroz blanco	Brócoli con maíz	Jugo de fruta natural	Aspic gelatina salsa inglesa
<b>Miercoles 4</b>	Crema de mazorca	Pollo hawaiano	Beef stroganoff	Pollo hawaiano	Carne a la parrilla al cilantro	Nachos	Arroz blanco	Habichuela y zanahoria con semillas	Jugo de fruta natural	Repollitas
<b>Jueves 5</b>	Frijolada	Carne en polvo	Filete de pechuga en salsa de almendras	Pechuga plancha	Filete pechuga almendrada	Maduro al horno	Arroz blanco	Aguacate	Jugo de fruta natural	Pudín
<b>Viernes 6</b>	Crema de pollo	Hamburguesa	Pechuga a la plancha	Hamburguesa	Filete pechuga grillé	Papa chip	Arroz blanco	Lechuga - tomate	Jugo de fruta natural	Barquillos
<b>Lunes 9</b>	Minestrone	Posta al horno	Pollo grillé	Posta al horno	Pechuga dorada	Yuca dorada	Arroz blanco	Tomate a la parmesana	Jugo de fruta natural	Minichips
<b>Martes 10</b>	Lentejas	Pollo con tocineta	Milanesa al limón	Pollo con tocineta	Milanesa	Puré de papa	Arroz blanco	Ensalada oriental	Jugo de fruta natural	Coctel de frutas
<b>Miercoles 11</b>	Cuchuco de trigo	Pernil de cerdo al Chef	Pollo al pesto	Jamón de cerdo	Pollo al horno	Cubos de plátano maduro	Arroz blanco	Torta de vegetales	Jugo de fruta natural	Pie de limón
<b>Jueves 12</b>	Posole	Carnitas Mexicanas	Ternera al horno	Carnitas Mexicanas	Ternera al horno	Chips de arracacha	Arroz blanco	Mazorquita criolla	Jugo de fruta natural	Eclairs
<b>Viernes 13</b>	DIA DEL MAESTRO									
<b>Lunes 16</b>	Antigua	Carne en Bisteck	Pollo a la jardinera	Carne en Bisteck	Carne a la parrilla	Papa al horno	Arroz blanco	Bastones de zanahoria	Jugo de fruta natural	Fresas con crema
<b>Martes 17</b>	Vegetales	Suprema de Pollo al vino	Goulash cerdo	Pollo al vino	Suprema pollo	Anillos cebolla	Arroz blanco	Parmellana de berenjena	Jugo de fruta natural	Tiramisú
<b>Miercoles 18</b>	Cebada perlada	Arroz con pollo	Carne asada	Arroz con pollo	Julianas a la parrilla	Papa a la francesa	Arroz blanco	Champiñones al ajillo	Jugo de fruta natural	Cuajada con melao
<b>Jueves 19</b>	FESTIVAL ITALIANO									
<b>Viernes 20</b>	Sancocho	Filete de Mojarra a las finas hierbas	Carne al wok	Filete de Mojarra a las finas hierbas	Julianas de res a la grillé	Tóstones de plátano maduro	Arroz blanco	Ensalada del Chef	Jugo de fruta natural	Repollitas
<b>Lunes 23</b>	Mazamorra chiquita	Picada	Muslitos en salsa de la casa	Picada	Muslitos dorados	Criollitas al horno	Arroz tigre	Guacamole	Jugo de fruta natural	Quesadillas
<b>Martes 24</b>	Quinoa	Lentejas/Carne molida	Pollo a la criolla	Lentejas/Carne molida	Carne molida	Tajadas de maduro	Arroz blanco	Ensalada mixta	Jugo de fruta natural	Arroz de leche
<b>Miercoles 25</b>	Frijol costeño	Pollo broaster	Julianas de ternera	Pollo Broaster	Pollo al horno	Papa salada	Arroz blanco	Brocoli al gratin	Jugo de fruta natural	Leche asada
<b>Jueves 26</b>	Crema de Hortalizas	Muchacho en salsa criolla	Cerdo a la parrilla	Muchacho en salsa criolla	Muchacho al horno	Papa ranchera	Arroz blanco	Verduras a la parrilla	Jugo de fruta natural	Bananos de la abuela
<b>Viernes 27</b>	Ajiaco	Pollo Desmechado	Carne a la Húngara	Pollo desmechado	Pollo desmechado	Arepa blanca	Arroz blanco	Aguacate	Jugo de fruta natural	Minipasabocas
<b>Martes 31</b>	Arroz	Chuleta de cerdo	Pechuga a la plancha	Chuleta de cerdo	Pechuga a la plancha	Yuca a la criolla	Arroz con verduras	Espinaca a la crema	Jugo de fruta natural	Cocadas

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 Cafeteria

Aprobó:

Jefe de Cafeteria

