

TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO

Item	PREPARACIÓN / DÍA	Lunes 2	Martes 3	Miércoles 4	Jueves 5	Viernes 6		
1	SOPA / CREMA	Sopa de fideos	sopa de Sancocho	Sopa de guineo	Sopa de verduras	Sopa de avena	Fin de semana	
2	PROTEICO	Pernil de pollo	Carne asada	Espagueti con pollo	Pechuga asada a la plancha	Carne molida		
4	CEREAL	Arroz al pimenton	Arroz blanco en mantequilla		Arroz con verduras	Arroz blanco		
5	TUBÉRCULO (RTP)	Croqueta de yuca	Legumbres	Papa a la francesa	Tajadas de maduro	Tajadas de plátano		
6	LEGUMINOSA - VERDURA					Frijol rojo		
7	ENSALADA (Legumbres y Verduras)	Barra	Lechuga batavia	Repollo	Zanahoria	Mango		Tomate
			Tomate	Tomate	Habichuela	Lechuga		Pepino
			pepino	Pepino	Arveja	Fresa		Aguacate
			zanahoria		Lechuga batavia	Melon		Lechuga
	Aderezo		Vinagreta		Mayonesa	Lechera		Vinagreta
8	JUGO	Naranjada	Lulo	Jugo de maracuyá	Mango	Limonada		
9	POSTRE	Dulce de mora	Bocadillo con queso	Galleta con bocadillo	Chupeta	Gelatina		
10	FRUTA (Entera - Porción)							

TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO

Ítem	PREPARACIÓN / DÍA	Lunes 09	Martes 10	Miércoles 11	Jueves 12	Viernes 13	
1	SOPA / CREMA	Sopa de arracacha	Crema de Trigo	Crema de tomate	Crema de Pollo	Crema de pollo	Fin de semana
2	PROTEICO	Pechuga grillé	Carne molida	Albondiga	Espagueti a la bolognesa	Arroz mixto	
4	CEREAL	Arroz con fideos	Bandeja Paisa	Arroz al perejil			
5	TUBÉRCULO (RTP)	Papa al perejil	Frijol	Croquetas de Yuca	Pan tajado	Papa a la francesa	
6	LEGUMINOSA - VERDURA						
7	ENSALADA (Legumbres y Verduras)	Tomate en julianas	Guacamole	Lentejas		Tomate	
		Maiz tierno		Tomate		Pepino	
		Pepino en julianas		Pepino		Lechuga batavia	
		Zanahoria en julianas		Zanahoria			
	Aderezo	Mayonesa vinagre				Vinagreta con limón	
8	JUGO	Jugo de lulo	Limonada	Jugo de Mora	Jugo de Mango	Jugo de maracuyá	
9	POSTRE	Dulce de piña	Dulce de Arequipe	Mini repolla	Mini Brownie	cuajada con melado	
10	FRUTA (Entera - Porción)						

TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO

Ítem	PREPARACIÓN / DÍA	Lunes 16	Martes 17	Miércoles 18	Jueves 19	Viernes 20		
1	SOPA / CREMA	Sopa de avena	Sopa de Verduras	Cuchuco de cebada	Sopita de Arroz	Sopa tres granos	Fin de semana	
2	PROTEICO I (roja)	Bisteck	Pollo a la Broaster	Espaguetis boloñesa	Pollo a la campesina	Filete de pescado apanado		
4	CEREAL	Arroz pajarito	Arroz Blanco	Arroz verde	Macarrones	Arroz al perejil		
5	TUBÉRCULO (RTP)	Papa en puré	Coscojas de Platano	Papas a la francesa	Tajadas de Maduro	Moneditas de plátano		
6	LEGUMINOSA - VERDURA	Verduras mixtas				Frijol blanco		
7	ENSALADA (Legumbres y Verduras)	Maíz tierno	Cebolla	Ensalada ceviche de mango	Mango biche	Ensalada de Remolacha		Piña
		Zanahoria rallada	Tomate		Pimentón			Lechuga batavia
		Tomate en casquitos	Repollo		Tallo de apio			Fresas
		Tornillos de colores	Pepino		Manzana verde/lechuga			Melón
	Aderezo	Mayonesa-zumo de limón			Vinagreta agridulce			Crema de leche
8	JUGO	Limonada	Jugo de lulo	Naranjada	Jugo de Guayaba	Jugo de lulo		
9	POSTRE	Gelatina	Dulce de Leche	Galleta con bocadillo	Chupeta	Esponjado de limon		
10	FRUTA (Entera - Porción)							



Menú servicios - Servicio de Alimentación Colegio San Sebastian

ABRIL de 2018

CÓDIGO: PS FO 41
 VERSIÓN: 00
 No. PÁGINA: 5/6

TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO

Ítem	PREPARACIÓN / DÍA	Lunes 23	Martes 24	Miércoles 25	Jueves 26	Viernes 27		
1	SOPA / CREMA	Sopa de letras	Crema de Trigo	Crema de tomate	Sopa de Platano	Sopa de Avena	Fin de semana	
2	PROTEICO	Gulash hungaro	Asado	Arroz con pollo	Colombina de Pollo en Salsa BBQ	Sobrebarriga a la plancha		
4	CEREAL	Arroz blanco	Yuca, Papa	Arroz blanco	Espaguetti en salsa roja	Arroz al pimentón		
5	TUBÉRCULO (RTP)	Tajadas de maduro	Maduro relleno	Papa a la francesa	Palitos de Yuca	Maduro al horno		
6	LEGUMINOSA - VERDURA	Verduras salteadas				Arveja verde		
6	ENSALADA (Legumbres y Verduras)	Barra	Lechuga batavia	Guacamole	Lechuga	Tomate		Lechuga batavia
			Zanahoria rallada		Piña	Pepino		Pepino en media luna
			Piña/uva pasa		Mango	Lechuga		Tomate en julianas
			Manzana verde		Uva pasa/ manzana verde			Zanahoria rallada
	Aderezo	Yogurth		Crema de leche		Aceite vegetal-zumo de limón		
7	JUGO	Jugo de mango	Limonada de Panela	Jugo de mora	Jugo de Maracuya	Limonada		
8	POSTRE	Cortadito de leche	Bocadillo	Mini hojaldra	Dulce de Panela	Gelatina		
9	FRUTA (Entera - Porción)							

TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO

Ítem	PREPARACIÓN / DÍA	Lunes 30	Martes 1	Miércoles 2	Jueves 3	Viernes 4
2	PROTEICO I (roja)	Sopa de plátano rallado	MAYO	MAYO	MAYO	MAYO
3	PROTEICO II (blanca)	Gulash hungaro				
4	CEREAL	Arroz al perejil				
5	TUBÉRCULO (RTP)	Croquetas de yuca				
6	LEGUMINOSA - VERDURA					
7	ENSALADA (Legumbres y Verduras)	Tomate				
		Pepino				
		Zanahoria				
		Remolacha				
	Aderezo	Vinagreta				
8	JUGO	Maracuya				
9	POSTRE	Cortadito de leche				
10	FRUTA (Entera - Porción)					