

KHAFÉ
Hanaska

MENÚ

ALMUERZO



El Colegio
de Liga
INTERNACIONAL

ESCOLAR

SEPTIEMBRE

Sharpie®





Proteína



Guarnición



Ensalada



Arroz



Bebida fría



Postre o Fruta

MARTES

01

- Pollo brosterizado
- Salón a la mostaza
- Arroz amarillo
- Puré de yuca
- Maduro al horno
- Salad bar
- Jugo del día
- Fruta de temporada

MIÉRCOLES

02

- Pechuga de pollo al horno
- Tilapia a la plancha
- Arroz verde
- Guiso de garbanzo
- Yuca en salsa criolla
- Salad bar
- Jugo del día
- Repostería del día

JUEVES

03

- Lomo napolitano
- Spaghetti boloñesa
- Arroz blanco
- Ratatouille
- Grissini
- Salad bar
- Jugo del día
- Fruta de temporada

VIERNES

04

- Fritada
- Caucara
- Arroz al perejil
- Maduro frito
- Tortilla de papa
- Salad bar
- Jugo del día
- Repostería del día

LUNES

07

- Pollo a la americana
- Tilapia a la plancha
- Arroz al pimentón
- Fideo tornillo mantequilla perejil
- Patacones en salsa tártara
- Salad bar
- Jugo del día
- Repostria del día

MARTES

08

- Lomo cantones
- Chuleta a la plancha
- Arroz amarillo
- Zanahoria al ajonjolli
- Menestra de frejol canario
- Salad bar
- Jugo del día
- Fruta de temporada

MIÉRCOLES

09

- Arroz marinero
- Churrasco
- Arroz blanco
- Maduro frito
- Papa cajún
- Salad bar
- Jugo del día
- Repostria del día

JUEVES

10

- Chimichangas
- Burrito de res
- Arroz a las finas hierbas
- Ronditos
- Vegetales salteados
- Salad bar
- Jugo del día
- Fruta de temporada

VIERNES

11

- Cariucho de pollo
- Cesina
- Arroz amarillo
- Papa al vapor
- Mote pillo
- Salad bar
- Jugo del día
- Repostria del día

LUNES

14

-  Lomo en salsa criolla
-  Medallón de pollo con verduras
-  Arroz amarillo
-  Bastones de yuca
-  Papa dorada
-  Salad bar
-  Jugo del día
-  Repostería del día

MARTES

15

-  Pollo al horno
-  Enrollado americano
-  Arroz a la mostaza
-  Menestra de lenteja
-  Maduro al horno
-  Salad bar
-  Jugo del día
-  Fruta de temporada

MIÉRCOLES

16

-  Cerdo a la plancha
-  Carne llanera
-  Arroz al perejil
-  Espárragos salteados
-  Camote glaseado
-  Salad bar
-  Jugo del día
-  Repostería del día

JUEVES

17

-  Pechuga de pollo con champiñones
-  Spaguetti con camarones
-  Arroz a las finas hierbas
-  Spaguetti al pomodoro
-  Croqueta de espinaca
-  Salad bar
-  Jugo del día
-  Fruta de temporada

VIERNES

18

-  Ropa vieja
-  Cerdo a la plancha
-  Arroz con verduras
-  Maduro frito
-  Arepa
-  Salad bar
-  Jugo del día
-  Repostería del día

LUNES

21

-  Pollo a la plancha
-  Camarón rebozado
-  Arroz blanco
-  Papa al orégano
-  Menestra de frejol /rojo
-  Salad bar
-  Jugo del día
-  Repostería del día

MARTES

22

-  Chuleta al orégano
-  Guatita
-  Arroz amarillo
-  Arepa
-  Huevo duro
-  Salad bar
-  Jugo del día
-  Fruta de temporada

MIÉRCOLES

23

-  Bistec de pollo
-  Hamburguesa Milanesa
-  Arroz a las finas hierbas
-  Yuca al vapor
-  Camote glaseado
-  Salad bar
-  Jugo del día
-  Repostería del día

JUEVES

24

-  Lomo con verduras
-  Cerdo en salsa teriyaki
-  Arroz chaufa
-  Wantán frito
-  Rollito primavera
-  Salad bar
-  Jugo del día
-  Fruta de temporada

VIERNES

25

-  Tilapia a la plancha
-  Pechuga de pollo al chimichurri
-  Arroz blanco
-  Patacones en salsa tártara
-  Croqueta de maduro
-  Salad bar
-  Jugo del día
-  Repostería del día



Proteína



Guarnición



Ensalada



Arroz



Bebida fría



Postre o Fruta

LUNES

28

-  Pollo a la jardinera
-  Churrasco
-  Arroz amarillo
-  Tortilla de maduro
-  Papa francesa
-  Salad bar
-  Jugo del día
-  Repostería del día

MARTES

29

-  Bistec ranchero
-  Papas con cuero
-  Arroz blanco
-  Yuca salteada
-  Huevo duro
-  Salad bar
-  Jugo del día
-  Fruta de temporada

MIÉRCOLES

30

-  Cerdo a la plancha
-  Tilapia al limón
-  Arroz al azafrán
-  Spaguetti con verduras
-  Papa al vapor
-  Salad bar
-  Jugo del día
-  Repostería del día

