



SEK
COLOMBIA
INTERNATIONAL SCHOOL

MENÚ

Servicio de comedor

MARZO 2025



03 LUNES	04 MARTES	05 MIÉRCOLES	06 JUEVES	07 VIERNES
Sopa de fideos	Lomitos de pollo apanados	Crema de champiñones	Lomo de cerdo al vino	Cazuela de lentejas
Cerdo con pico de gallo de mango	Ropa vieja	Spaguetti en salsa boloñesa	Pollo thai al wok	Carne molida, chorizo
Pechuga capresse	Plátanos pajarito	Spaguetti en salsa carbonara	Torta de mil hojas de papa	Huevo
Papa lionesa	frijol rojo y barra de ensalada	Pan en mantequilla	Garbanzos con espinaca y barra de ensalada	Tajadas de plátano maduro
Ratatouille y barra de ensalada	Jugo de lulo / mora	Tomate capresse y baraa de ensalada	Jugo de piña / ciruela	Aguacate y barra de ensalada
Jugo de fresa / limonada	Espojado de coco	Jugo de frutos rojos / feijoa	Cheesecake de frutos rojos	Jugo de mango / limonada cerezada
Quimbaya		Napoleón		Chocolatina
10 LUNES	11 MARTES	12 MIÉRCOLES	13 JUEVES	14 VIERNES
Crema de ahuyama	Sobrebarriga en salsa criolla	Ajiaquito	Posta cartagenera	FESTIVAL PERUANO
Alitas al horno en salsa bbq	Pechuga a la plancha	Carne de cerdo en salsa ranchera	Milanesa de pollo	
Res en salsa stroganoff	Yuca al vapor con mantequilla	Sudado de pollo	Patacón de platano verde	
Papa en cascots con paprika	Lentejas con zanahoria y barra de ensalada	Papa sudada	Ensalada de aguacate y barra de ensalada	
Bastones de zanahoria y apio	Jugo de frutos rojos / lulo	Mix de verduras y barra de ensalada	Jugo de mora / guanábana	
Jugo de uva / tropical	Espomjado de mora	Jugo de naranja piña / limonada de panela	Matrimonio	
Barquillo		Arroz con leche		
17 LUNES	18 MARTES	19 MIÉRCOLES	20 JUEVES	21 VIERNES
Crema de zanahoria	Beef de res en salsa finas hierbas	Sopa de verduras	Cordón blue	Sancochito
Fricasse de pollo	Piernas de pollo crispy	Chop suey de cerdo	Muchacho de res en salsa demiglace	Pechuga en salsa criolla
Carne de cerdo en salsa baby	Plátano al horno	Pechuga a la plancha	Puré de papa con perejil	Chuleta valluna
Chips de arracacha	Frijol rojo y barra de ensalada	Croqueta de yuca	Palitos de zanahoria y barra de ensalada	Patacón
Torta de espinaca y barra de ensalada	Jugo de mora / limonada	Brócoli al wok y barra de ensalada	Jugo de frutos rojos / lulo	Mix de verduras y barra de ensalada
Jugo de lulo / tropical	Musse de chocolate	Jugo de piña / fresa	Flan	Jugo de naranja piña / limonada cerezada
Gelatina		Bananitos a la crema		Copelia
24 LUNES	25 MARTES	26 MIÉRCOLES	27 JUEVES	28 VIERNES
FESTIVO	Sopa de cereales	Fricasse de cerdo	Sopa campesina	Crema de tomate
	Fajitas de res	Filete de pescado a las finas hierbas	Pollo grille	Lasaña mixta
	Pechuga a la plancha en salsa parmesana	Moneditas de plátano	Albóndigas de res en salsa baby	Pan dorado
	Papa a la francesa	Mix de zuquinis y barra de ensalada	Yuca dorada	Fruta y barra de ensalada
	Mix de verduras	Jugo de ciruela / lulo	Brócoli gratinado y barra de ensalada	Jugo de mango / limonada de hierbabuena
	Jugo de piña / mora	Queso con bocadillo	Jugo de feijoa / tropical	Chocolatina
Napoleón		Espojado de frutos rojos		
31 LUNES				
Sopa de verduras				
Salteado oriental de pollo con vegetales				
Pure de papa gratinado				
Bastones de zanahoria y apio				
Jugo de naranja / feijoa				
Gelatina				