



SEK
COLOMBIA
INTERNATIONAL SCHOOL

MENÚ

Servicio de comedor

SEPTIEMBRE 2025



01 LUNES		02 MARTES		03 MIÉRCOLES		04 JUEVES		05 VIERNES	
Crema de zanahoria	Beef de res con salsa finas hierbas	Crema de tomate	Chop suey de cerdo	Crema de espinaca					
Pierna pernil a la jardinera	Pop corn de pollo frito	Lomitos de pollo al grille	Muslitos en salsa criolla	Arroz paisa					
Cerdo a la plancha	Plátano al horno	Albóndigas de res	Croqueta de yuca	Arroz con pollo					
Papa casco dorada con paprika	Brócoli al wok y barra de ensalada	Pure de papa blanco al perejil	Garbanzos y barra de ensalada	Papa chips de la casa					
Frijol rojo y barra de ensalada		Palitos de zanahoria y barra de ensalada		Pico de gallo con mango y barra de ensalada					
Gelatina	Muffin de agraz	Cheese cake de limón	Bananitos a la crema	Matrimonio					
08 LUNES		09 MARTES		10 MIÉRCOLES		11 JUEVES		12 VIERNES	
Sopa de conchitas	Fajitas de carne de res	Sopa campesina	Pechuga cordón blue	Cazuela de frijoles					
Pulled pork	Pechuga a la plancha	Bondiola de cerdo al horno	Muchacho en salsa cartagener	Carne molida- chicharrón					
Pierna de pollo al cilantro	Papa sudada	Filete de pescado	Yuca dorada	Huevo frito					
Torta de plátano	Brócoli al wok y barra de ensalada	Moneditas de plátano verde	Ratatouille y barra de ensalada	Tajadas de plátano maduro					
Frijol caraota y barra de ensalada	Jalea de guayaba con queso	Lentejas y barra de ensalada	Espanjado de fresa	Aguacate					
Chocolatina		Torta de coco		Herpo					
15 LUNES		16 MARTES		17 MIÉRCOLES		18 JUEVES		19 VIERNES	
Crema de coliflor	Steak de res con chimichurri	Crema de arracacha	Carne de hamburguesa en salsa hogo	Ajiaco					
Salteado oriental	Muslitos al horno	Gulasch de cerdo ranchero	Chuletón de cerdo con pico de gallo	Pierna pernil					
Cerdo a la plancha	Plátano tentación	Pechuga a la plancha	Yuca al vapor con mantequilla	Lomo de cerdo al horno					
Papa chorreada	Bastones de zanahoria y apio	Papa sour	Acelgas sofritas y barra de ensalada	Mazorca entera en salsa criolla					
Frijol y barra de ensalada	Panacota de frutos rojos	Frijol y barra de ensalada	Gelatina con leche condensada	Aguacate, alcaparras y crema de leche					
Galleta grajeas		Leche asada		Dulce de papayuela					
22 LUNES		23 MARTES		24 MIÉRCOLES		25 JUEVES		26 VIERNES	
Crema de champiñones	Pierna de pernil carbonara	Sopa de sancochito	Alitas en salsa bbq	MENÚ ITALIANO					
Pollo en cubos en salsa de queso	Sobrebarriga dorada	Bondiola de cerdo en salsa	Cerdo en salsa oriental						
Albóndigas de res napolitanas	Papas saladas	Filete de pescado apanado	Milhojas de papa						
Espagueti al burro y pan dorado	Garbanzos y barra de ensalada	Yuca con suero costeño	Lentejas y barra de ensalada						
Tomate capresse y barra de ensalada	Tiramisu	Fritata de verduras y barra de ensalada	Browinie						
Espanjado de lulo		Dulce de mora con queso							
29 LUNES		30 MARTES							
Crema parmentier	Milanesa de pollo apanada								
Cerdo en salsa teriyaki	Steak de res en salsa stroganof								
Pierna de pollo al cilantro	Yuca dorada								
Plátano con bocadillo	Frijol rojo y barra de ensalada								
Vegetales parrilladas y barra de ensalada	Torta de naranja								
Flan de café									