



SEK
COLOMBIA
INTERNATIONAL SCHOOL

MENÚ

Servicio de comedor

OCTUBRE 2025



Octubre

01 MIÉRCOLES		02 JUEVES		03 VIERNES
Consome celestino		Tiras de pechuga asadas		Crema de champiñones
Bondiola de cerdo al horno		Cerdo encebollado		Hamburguesa de res
Muslitos de pollo en salsa bbq		Patacón con hogo		Hamburguesa de pollo
Papa salada		Arveja amarilla y barra de ensalada		Papa a la francesa
Habichuelas en salsa y barra de ensalada		Jugo de piña / guayaba		Cebolla / tomate / lechuga
Jugo de ciruela / feijoa		Esponjado de curuba		Jugo de maracuyá / limonada
Aspic de frutas				Helado
06 LUNES	07 MARTES	08 MIÉRCOLES	09 JUEVES	10 VIERNES
SEMANA DE RECESO	SEMANA DE RECESO	SEMANA DE RECESO	SEMANA DE RECESO	SEMANA DE RECESO
13 LUNES	14 MARTES	15 MIÉRCOLES	16 JUEVES	17 VIERNES
FESTIVO	Pulled pork	Sopa de conchitas	Pechuga cordon blue	Crema de tomate
	Pechuga a la plancha	Filete de pescado en salsa	Muchacho de res en salsa cartagenera	Lasaña de pollo y champiñones
	Papa sudada	Albondigas de res	Yuca dorada	Lasaña boloñesa
	Frijol rojol y barra de ensalada	Moneditas de platano	Lentejas y barra de ensalada	Pan tostado
	Jugo de mandarina / fresa	Ratatouille y barra de ensalada	Jugo de piña / guayaba	Tomate al horno y barra de ensalada
	Galletas chips	Jugo de ciruela / maracuya	Esponjado de fresa	Jugo de frutos rojos / lulo
20 LUNES	21 MARTES	22 MIÉRCOLES	23 JUEVES	24 VIERNES
Sopa de verduras	Steak de res con chimichurri	Crema de arracacha	Chuleton de cerdo con pico de gallo de mango	Peto dulce
Salteado oriental de pollo con vegetales	Muslitos al horno	Pechuga a la plancha	Carne hamburguesa con hogo	Carne molida y chicharron
Cerdo a la plancha	Papa sour	Goulash de cerdo con verduras	Yuca al vapor con mantequilla	Huevo frito
Papa criolla dorada	Garbanzos con jamón y barra de ensalada	Platano tentación	Lentejas guisadas y barra de ensalda	Tajada de platano maduro
Zanahoria y apio- Barra de ensalada	Jugo de frutos amarillos / fresa	Acelga sofrita con queso y barra de ensalada	Jugo de manzana / lulo	Aguate y barra de ensalada
Jugo de tomate de arbol / frutos rojos	Panacotta de futos rojos	Jugo de pera / guayaba	Gelatina bicolor	Jugo de mango / limonada de hierbabuena
Galleta grajeas		Leche asada		Jalea de guayaba con queso
27 LUNES	28 MARTES	29 MIÉRCOLES	30 JUEVES	31 VIERNES
Crema de zanahoria	Pierna pernil en salsa carbonara	Sancochito	FESTIVAL GASTRONÓMICO VENEZOLANO	
Espaguetti con pollo en salsa	Sobrebarriga dorada	Filete de pescado apanado		
Espaguetti con carne molida en salsa	Papa salada	Bondiola de cerdo al horno		
Pan dorado	Frijol rojo y barra de ensalada	Yuca con suero costeño		
Tomate capresse y barra de ensalada	JJugo de guanábana / tropical	Fritata de verduras y barra de ensalada		
Jugo de maracuya / fresa	Tiramisu	Jugo de durazno / limonada		
Esponjado de lulo		Dulce de mora con queso		