

SERVICIO DE COMEDOR PREESCOLAR

Británico
- Established 1990 -

nov-18

	LUNES 29 octubre	MARTES 30 octubre	Miércoles 31 DE OCT	JUEVES 01 DE NOV	VIERNES 02 DE NOV
REFRIGERIOS:	Refrigerio: Tarta de vainilla, uvas rosadas, jugo de naranja	Refrigerio: Sanduche de atún, jugo de Guanábana, granadilla	Refrigerio: Choclo mote con queso, manzana, jugo de babaco		
ENTRADA:	AGUADO DE RES	CREMA DE TOMATE CON TOCINO	SOPA DE LA ABUELA		
PLATO FUERTE OP 1.-:	LOMO EN SALSA DE VINO, ARROZ BLANCO ENSALADA	ALAS DE POLLO A LA BBQ, PAPAS FRITAS, ENSALADA KENTUKY,	SECO DE POLLO, Arroz Integral y ensalada de aguacate	FERIADO FINADOS	FERIADO INDEPENDENCIA DE CUENCA
POSTRE:	SANDIA	HELADO	GUAGUA DE PAN		
JUGOS:	Jugo: GUAYABA	Jugo: TE HELADO	Jugo: COLADA MORADA		
		FESTIVAL AMERICANO			

	LUNES 5	MARTES 6	MIERCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
REFRIGERIOS:	Refrigerio: Rollo de canela, jugo de frutilla, nectarino	Refrigerio: Empanada de verde con queso, jugo de babaco,	Refrigerio: Yogurt con granola, agua, uvas verdes	Refrigerio: Mela con mermelada de mora, avena, Pera	Refrigerio: Pizza en masa delgada con peperoni, jugo de mora, manzana verde
ENTRADA:	Crema de champiñones	Sopa de bolas de verde	Sopa Juliana	Empanada de morocho	Consomé con pollo
PLATO FUERTE OP 1.-:	1.- Pechuga de pollo a la plancha, arroz al curry, coliflor gratinada	1.- Dorado rebozado en coco, menestra de lenteja, estirones de verde	1.- Milanesa de res, puré de papa, zanahoria glaseada	Fritada, mote, tostado, maduro, papa	1.- Seco de pollo a la naranjilla, arroz amarillo, ensalada de aguacate y lechuga
POSTRE:	Postre: Frutilla con crema chantilly	Postre: Helado de mora	Postre: Fruta de temporada	Postre: Flan de vainilla	Postre: Tarta tres leches
JUGOS:	Jugo: Guayaba	Jugo: Tamarindo	Jugo: Maracuyá	Jugo: Te helado	Jugo: Naranjilla

	LUNES 12	MARTES 13	MIERCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
REFRIGERIOS:	Refrigerio: Croissant de salchicha, orito jugo de babaco	Refrigerio: galleta choco chips, granadilla, jugo de frutilla	Refrigerio: Empanadita chilena, jugo de piña, uvas	Refrigerio: Habas tiernas con queso, jugo de tomate de árbol	Refrigerio: Tarta de choclo, jugo de frutilla, manzana roja
ENTRADA:	Ajiaco colombiano	Crema de zanahoria y canguil	Sopa de Lentejas con queso	Sopa de legumbres	Sopita de avena con queso
PLATO FUERTE OP 1.-:	1.- Lomo de res en salsa de zetas, arroz, ensalada de rábanos y arveja	1.- Filete de pollo, arroz integral, ensalada casera de quinua y tomate cherry	1.- Atún con encurtido de tomate, papas doradas.	Tacos (tortillas de trigo, carne de res, queso, fréjol)	1.- Albóndigas a la parmesana, espagueti, ensalada waldorf
POSTRE:	Postre: Rodaja de Piña	Postre: Tarta marmoleada	Espumilla de guayaba	Postre: Moncaibas con mermelada	Orejetas con chocolate
JUGOS:	Jugo: Mora	Jugo: Naranja	Jugo: Guanábana	Jugo: Agua de Jamaica	Jugo: Papaya

	LUNES 19	MARTES 20	MIERCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
REFRIGERIOS:	Refrigerio: Nuggets de pollo, papa chaucha, jugo de mandarina	Refrigerio: Ensalada de frutas con arropé de mora, bizcochos integrales	Refrigerio: Burritos, jugo de maracuyá	Refrigerio: Cinnamon roll, jugo de Guanábana	Refrigerio: Galletas de avena y chía, jugo de sandia,
ENTRADA:	Sopa de morocho	Sopa oriental	Locro de acelga con queso	Cream zuquini	Consomé Juliana
PLATO FUERTE OP 1.-:	1.- Roast beef al horno en su salsa, fusilli al pomodoro, ensalada de arveja con choclo	1.- Chuleta de cerdo al tamarindo, papa criolla al horno, ensalada fresca con palmitos	1.- Deditos de pescado, estirones de verde, encurtido de tomate	Turkey with plum sauce, rice with sweet corn	1.- Pizza de peperoni en masa delgada integral, ensalada de rucula
POSTRE:	Postre: Durazno en almibar	Postre: Sandia	Postre: Alfajor	Pumpkin pie	Postre: Helado fresa
JUGOS:	Jugo: Mora	Jugo: Naranja	Jugo: Tomate de árbol	Cold Green tea Thanksgiving	Jugo: Maracuyá

	LUNES 26	MARTES 27	MIERCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
REFRIGERIOS:	Refrigerio: Rollo de queso y nueces, jugo de mandarina, uvas verdes	Refrigerio: Chochos con chulpi, pera, jugo de maracuyá	Refrigerio: Moncaibas, jugo de melón, granadilla	Refrigerio: donuts con grajeas, jugo de mora, manzana	Refrigerio: Gelatina, jugo de babaco, pera
ENTRADA:	Sopa de quinua	Aji de carne	Crema de tomate/canguil	Arroz de cebada	Consomé de pollo
PLATO FUERTE OP 1.-:	1.- Espagueti boloñesa, pan de agua, ensalada lechuga, berros y tomate	1.- Corvina a la plancha, arroz moros y cristianos, encurtido de tomate y cebolla	Pollo asado, papas francesas,	1.- Carne colorada, yuca salteada, encurtido	1.- Arroz marinero, patacones, salsa verde
POSTRE:	Postre: Piña	Postre: Pie de limón	Postre: Flan de vainilla	Postre: Buñuelo con miel	Postre: Coctel de frutas
JUGOS:	Jugo: Papaya	Jugo: Te helado	Jugo: Naranja	Jugo: Frutilla	Jugo: Limonada

El Colegio se reserva el derecho de cambios en el menú por casos de fuerza mayor.

Hugo Aguirre L. Administrador Cocina

Dra. Paulina Góngora - Médico del Colegio

SERVICIO DE COMEDOR PRIMARIA Y SECUNDARIA

nov-18

Británico
- Established 1990 -

	LUNES 29 octubre	MARTES 30 octubre	Miércoles 31 DE OCT	JUEVES 01 DE NOV	VIERNES 02 DE NOV
REFRIGERIOS:	Refrigerio: Tarta de vainilla, uvas rosadas, jugo de naranja	Refrigerio: Sanduche de atún, jugo de Guanábana, granadilla	Refrigerio: Choclo mote con queso, manzana, jugo de babaco		
ENTRADA:	AGUADO DE RES	CREMA DE TOMATE CON TOCINO	SOPA DE LA ABUELA		
PLATO FUERTE OP 1:	LOMO EN SALSA DE VINO, ARROZ BLANCO ENSALADA	ALAS DE POLLO A LA BBQ, PAPAS FRITAS, ENSALADA KENTUKY,	SECO DE POLLO, Arroz Integral y ensalada de aguacate	FERIADO FINADOS	FERIADO INDEPENDENCIA DE CUENCA
PLATO FUERTE OP 2:	ENCOCADO MIXTO, ARROZ BLANCO, ENCEBOLLADO CON TOMATE	HAMBURGUESA DE RES, PAPAS FRITAS			
POSTRE:	SANDIA	HELADO	GUAGUA DE PAN		
JUGOS:	Jugo: GUAYABA	Jugo: TE HELADO	Jugo: COLADA MORADA		
		FESTIVAL AMERICANO			

	LUNES 5	MARTES 6	MIERCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
REFRIGERIOS:	Refrigerio: Rollo de canela, jugo de frutilla, nectarino	Refrigerio: Empanada de verde con queso, jugo de babaco,	Refrigerio: Yogurt con granola, agua, uvas verdes	Refrigerio: Melva con mermelada de mora, avena, Pera	Refrigerio: Pizza en masa delgada con peperoni, jugo de mora, manzana verde
ENTRADA:	Crema de champiñones	Sopa de bolas de verde	Sopa Juliana	Empanada de morocho	Consomé con pollo
PLATO FUERTE OP 1:	1.- Pechuga de pollo a la plancha, arroz al curry, coliflor gratinada	1.- Dorado rebozado en coco, menestra de lenteja, estirones de verde	1.- Milanesa de res, puré de papa, zanahoria glaseada	Fritada, mote, tostado, maduro, papa	1.- Seco de pollo a la naranjilla, arroz amarillo, ensalada de aguacate y lechuga
PLATO FUERTE OP 2:	2.- Seco de cordero, arroz amarillo, ensalada de lechuga, tomate y aguacate	2.- Albondigas a la parmesana de res, papas francesas, aros de tomate y cebolla perla	2.- Tallarin con pollo, pan integral, ensalada de brócoli y palmitos	ensalada de lechuga, tomate y cebolla perla	2.- Fajitas de res al ajonjolí, maduro al horno, ensalada rusa
POSTRE:	Postre: Frutilla con crema chantilly	Postre: Helado de mora	Postre: Fruta de temporada	Postre: Flan de vainilla	Postre: Tarta tres leches
JUGOS:	Jugo: Guayaba	Jugo: Tamarindo	Jugo: Maracuyá	Jugo: Te helado	Jugo: Naranja

	LUNES 12	MARTES 13	MIERCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
REFRIGERIOS:	Refrigerio: Croissant de salchicha, orito jugo de babaco	Refrigerio: galleta choco chips, granadilla, jugo de frutilla	Refrigerio: Empanadita chilena, jugo de piña, uvas	Refrigerio: Habas tiernas con queso, jugo de tomate de árbol	Refrigerio: Tarta de choclo, jugo de frutilla, manzana roja
ENTRADA:	Ajiaco colombiano	Crema de zanahoria y canguil	Sopa de Lentejas con queso	Sopa de legumbres	Sopita de avena con queso
PLATO FUERTE OP 1:	1.- Lomo de res en salsa de setas, arroz, ensalada de rábanos y arveja	1.- Filete de pollo, arroz integral, ensalada casera de quinua y tomate cherry	1.- Atún con encurtido de tomate, papas doradas.	Tacos (tortillas de trigo, carne de res, queso, fréjol)	1.- Albóndigas a la parmesana, espagueti, ensalada waldorf
PLATO FUERTE OP 2:	2.- Arroz con camarón, Maduro al horno, rodaja de tomate al perejil, salsa verde	2.- Quiche Lorraine, ensalada del huerto	2.- Canelones rellenos de carne y espinaca, pan botón de chia, ensalada del chef	(lechuga hilo y guacamole)	2.- Medallón de pavo en salsa de uvilla, ensalada italiana
POSTRE:	Postre: Rodaja de Piña	Postre: Tarta marmoleada	Espumilla de guayaba	Postre: Moncaibas con mermelada	Orejitas con chocolate
JUGOS:	Jugo: Mora	Jugo: Naranja	Jugo: Guanábana	Jugo: Agua de Jamaica	Jugo: Papaya

	LUNES 19	MARTES 20	MIERCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
REFRIGERIOS:	Refrigerio: Nuggets de pollo, papa chaucha, jugo de mandarina	Refrigerio: Ensalada de frutas con arropo de mora, bizcochos integrales	Refrigerio: Burritos, jugo de maracuyá	Refrigerio: Cinnamon roll, jugo de Guanábana	Refrigerio: Galletas de avena y chia jugo de sandia,
ENTRADA:	Sopa de morocho	Sopa oriental	Locro de acelga con queso	Cream zuquini	Consomé juliana
PLATO FUERTE OP 1:	1.- Roast beef al horno en su salsa, fusile al pomodoro, ensalada de arveja con choclo	1.- Chuleta de cerdo al tamarindo, papa criolla al horno, ensalada fresca con palmitos	1.- Deditos de pescado, estirones de verde, encurtido de tomate	Turkey with plum sauce, rice with sweet corn	1.- Pizza de peperoni en masa delgada integral, ensalada de rucula
PLATO FUERTE OP 2:	2.- Chorizo, llapingachos, ensalada de remolacha	2.- Alitas de pollo BBQ, papa salteada al perejil, ensalada brasileña.	2.- Bistec de res, papa dorada, ensalada remolacha	salad bittersweet (mango, grapes, apples, lettuce with yogurt)	2.- Pollo a las finas hierbas, puré de zanahoria blanca, ensalada del chef
POSTRE:	Postre: Durazno en almibar	Postre: Sandia	Postre: Alfajor	Pumpkin pie	Postre: Helado fresa
JUGOS:	Jugo: Mora	Jugo: Naranja	Jugo: Tomate de árbol	Cold Green tea Thanksgiving	Jugo: Maracuyá

	LUNES 26	MARTES 27	MIERCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
REFRIGERIOS:	Refrigerio: Rollo de queso y nueces, jugo de mandarina, uvas verdes	Refrigerio: Chochos con chulpi, pera, jugo de maracuyá	Refrigerio: Moncaibas, jugo de melón, granadilla	Refrigerio: donuts con grajeas, jugo de mora, manzana	Refrigerio: Gelatina, jugo de babaco, pera
ENTRADA:	Sopa de quinua	Aji de carne	Crema de tomate/canguil	Arroz de cebada	Consomé de pollo
PLATO FUERTE OP 1:	1.- Espagueti boloñesa, pan de agua, ensalada lechuga, berros y tomate	1.- Corvina a la plancha, arroz moros y cristianos, encurtido de tomate y cebolla	Pollo asado, papas francesas,	1.- Carne colorada, yuca salteada, encurtido	1.- Arroz marinero, patacones, salsa verde
PLATO FUERTE OP 2:	2.- Milanesa de pollo, arroz al curry, ensalada de chochos, cebolla y tomate	2.- Chop suey mixto (pollo, cerdo y camarón), maduro al horno y rodaja de tomate al orégano	ensalada jardinera (choclo, arveja y zanahoria)	2.- Arroz con pollo, maduro frito y ensalada fresca	2.- Guiso de res, arroz amarillo y ensalada de brócoli y choclo
POSTRE:	Postre: Piña	Postre: Pie de limón	Postre: Flan de vainilla	Postre: Buñuelo con miel	Postre: Coctel de frutas
JUGOS:	Jugo: Papaya	Jugo: Te helado	Jugo: Naranja	Jugo: Frutilla	Jugo: Limonada

El Colegio se reserva el derecho de cambios en el menú por casos de fuerza mayor.

Hugo Aguirre L. Administrador Cocina

Dra. Paulina Góngora - Médico del Colegio