

SERVICIO DE COMEDOR PREESCOLAR

ENERO 2018

Británico

- Established 1990 -

	LUNES 01	MARTES 02	MIÉRCOLES 03	JUEVES 04	VIERNES 05
Refrigerio:			Refrigerio: Torta de choclo , Manzana ,jugo de maracuyá	Refrigerio: Cevichochos, peras jugo de Mora	Refrigerio: Empanada colombiana, granadilla, jugo de sandía
ENTRADA:		Aguado de costilla	Sopa de Pollo	Consomé Hondureño	Potatoes soup with bacon
PLATO FUERTE OP 1.-:		1.- Pollo al horno, papas fritas, arroz y ensalada criolla.	1.-Nugget de pescado en salsa golf, ensalada mixta(lechuga romana, tomate y cebolla).	1.- Tallarin con pollo, pan integral, ensalada pimientos y palmitos.	1.- Fish and chips, dressed peas
POSTRE:		Papaya	Merengón de guayaba	Melvas	shortbread
JUGOS:		Limonada	Te helado	Jugo: guayaba	Cold English tea

FESTIVAL BRITANICO

	LUNES 08	MARTES 09	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Refrigerio:	Refrigerio: Deditos de pollo, papa chaucha, jugo de mandarina	Refrigerio: sandwich club, uvas, jugo de guanábana	Refrigerio: Burritos con acelga , Manzana ,jugo de maracuyá	Refrigerio: Cinnamon roll, peras jugo de Mora	Refrigerio: Moncabas, granadilla, jugo de sandía
ENTRADA:	Sopa de bolas de verde	Crema de haba	Sopa de arroz de cebada	Sopa de chifles	Consomé de pollo
PLATO FUERTE OP 1.-:	1.-Pollo a la romana ,guarnición de arroz y ensalada Estate(rucula , lechuga crespa y tomate).	1.-Paella Valenciana, ensalada del huerto (choclo, brócoli y zanahoria).	1.-Spaguetti integral al ragú (carne molida, apio, zanahoria y avena en hojuelas),ensalada autuno (rucula, lechuga , nueces, peras, queso ricota y miel).	1.- Pernil criollo, Mote, maduro frito, acompañado con un encurtido de cebolla y tomate.	1.- Pescado a la napolitana, arroz y ensalada de vainita, palmito y tomate) acompañada con aderezo italiano.
POSTRE:	Helado de frutilla	Duraznos con crema	Torta de Zanahoria y nuez	Compota de Manzana	Strudel Piña
JUGOS:	Te	Tamarindo	Frutilla	Piña	narajilla

	LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Refrigerio:	Refrigerio: Donas, jugo de papaya	Refrigerio: Empanada de verde con queso, jugo de tomate de árbol	Refrigerio: Habas con choclo y queso , jugo de frutilla	Refrigerio: Orejitas con chocolate, jugo de piña	Refrigerio: Sandwich de queso y miel, jugo de mora
ENTRADA:	Locro de cuero	Sopa de fideo	Crema de choclo	Rama (oriental)	Consomé de res
PLATO FUERTE OP 1.-:	1.-Pollo a la naranja, papa a la francesa y ensalada del huerto (choclo, brócoli y zanahoria).	1.-Lomo a la plancha con menestra de garbanzo y arroz con ensalada de melloco y tomate.	Alas de pollo en salsa Jack Daniel, papas fritas ensalada fresca	1.-Milanesa de pollo, papas a la francesa, ensalada criolla.	1.- Estofado de costilla de res, guiso de garbanzo, cebolla y perejil).
POSTRE:	Claudia	Gelatina de cereza y chantilly	Pie de piña	Fruta de temporada	mil hojas
JUGOS:	Limón	Frutilla	Guayaba	te	Tamarindo

	LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
Refrigerio:	Refrigerio: Nuggets de pollo, papa chaucha, jugo de mandarina	Refrigerio: Empanada de verde rellenas de queso, batido de taxi	Refrigerio: crocante de quinua , jugo de maracuyá	Refrigerio: Sandwich español, jugo de mango	Refrigerio: Uvas verdes, galleta de avena, jugo de sandía
ENTRADA:	Crema de zanahoria	Sopa de fideo y queso	Sopa de quinua	Biche de pescado	Sopa de juliana
PLATO FUERTE OP 1.-:	2.-Wraps de pollo con lechuga, tomate y apio en salsa cesar.	1.-Pollo al ajillo,papa gratinada y ensalada lechuga romana brotes de brócoli y yogurt.	1.-Chop suey de carne acompañado con ajonjolí negro y tallarin de arroz.	1.- Pescado en salsa tártara, papas fritas y ensalada de brócoli.	1.- Arroz chaufa de pollo y camarón acompañado con wantan frito.
POSTRE:	Frutillas con crema	Helado	Torta de chocolate	Manzana	Mousse de frutilla
JUGOS:	Naranja	Guanábana	Mora	Frutilla	Té de naranja

	LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31	JUEVES 01	VIERNES 02
Refrigerio:	Refrigerio: Empanada de queso, jugo de frutilla	Refrigerio: ceviche de palmito, chifles y canguil, jugo de piña	Refrigerio: Torta ciruela, jugo de naranja		
ENTRADA:	Sopa de lluspas (bolas de maíz)	Crema de calabaza	Locro de mellocos con queso		
PLATO FUERTE OP 1.-:	1.- Pescado a la plancha con menestra de frejol y arroz.	1.-Chuleta de cerdo en salsa de maracuyá, arroz al azafrán ensalada de vainitas y tocino.	1.- Filete en salsa de champiñones, al azafrán. Y ensalada zanahoria glaseada.		
POSTRE:	Flan de caramelo	Torta marmoleada	Orejas.		
JUGOS:	Papaya con maracuyá	Piña	Jugo: Té de Limón		

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

ENERO 2018

Británico
- Established 1990 -

	LUNES 01	MARTES 02	MIÉRCOLES 03	JUEVES 04	VIERNES 05
Refrigerio:			Refrigerio: Torta de choclo , Manzana ,jugo de maracuyá	Refrigerio: Cevichochos, peras jugo de Mora	Refrigerio: Empanada colombiana, granadilla, jugo de sandia
ENTRADA:		Aguado de costilla	Sopa de Pollo	Consomé Hondureño	Potatoes soup with bacon
PLATO FUERTE OP 1.-:		1.- Pollo al horno, papas fritas, arroz y ensalada criolla.	1.-Nugget de pescado en salsa golf, ensalada mixta(lechuga romana, tomate y cebolla).	1.- Tallarín con pollo, pan integral, ensalada pimientos y palmitos.	1.- Fish and chips, dressed peas
PLATO FUERTE OP 2.-:			2.- Seco de chivo, papa al vapor y ensalada de aguacate.	2.- Lomo con setas, puré de papa, Ensalada de rábanos y zanahoria.	2.- Roasts beef, mash potatoes, Breave Hert Salad (palmitos, corn, gherkin, red pepper).
POSTRE:		Papaya	Merengón de guayaba	Melvas	<i>shortbread</i>
JUGOS:		Limonada	Te helado	Jugo: guayaba	Cold English tea
					FESTIVAL BRITANICO

	LUNES 08	MARTES 09	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Refrigerio:	Refrigerio: Deditos de pollo, papa chaucha, jugo de mandarina	Refrigerio: sandwich club, uvas, jugo de guanábana	Refrigerio: Burritos con acelga , Manzana ,jugo de maracuyá	Refrigerio: Cinnamon roll, peras jugo de Mora	Refrigerio: Moncaibas, granadilla, jugo de sandia
ENTRADA:	Sopa de bolas de verde	Crema de haba	Sopa de arroz de cebada	Sopa de chifles	Consomé de pollo
PLATO FUERTE OP 1.-:	1.-Pollo a la romana ,guarnición de arroz y ensalada Estate(rucula , lechuga crespita y tomate).	1.-Paella Valenciana, ensalada del huerto (choclo, brócoli y zanahoria).	1.-Spaguetti integral al ragú (carne molida, apio, zanahoria y avena en hojuelas),ensalada autuno (rucula, lechuga , nueces, peras, queso ricota y miel).	1.- Pernil criollo, Mote, maduro frito, acompañado con un encurtido de cebolla y tomate.	1.- Pescado a la napolitana, arroz y ensalada de vainita, palmito y tomate) acompañada con aderezo italiano.
PLATO FUERTE OP 2.-:	2.- Milanesa de carne, papa dorada, ensalada Estate (rucula , lechuga crespita y tomate)	2.- Chuleta ahumada a la plancha, arroz y ensalada rusa(durazno, papa, alverja ,zanahoria).		2.- Pollo con salsa Alfredo, arroz integral, ensalada pisto(Berenjenas, zuquini, cebollas salteada con finas hiervas aderezada con aceite de oliva)	2.- Carne colorada ,llapingacho, remolacha y zanahoria.
POSTRE:	Helado de frittilla	Duraznos con crema	Torta de Zanahoria y nuez	Compota de Manzana	Srudel Piña
JUGOS:	Te	Tamarindo	Frutilla	Piña	narajilla

	LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Refrigerio:	Refrigerio: Donas, jugo de papaya	Refrigerio: Empanada de verde con queso, jugo de tomate de árbol	Refrigerio: Habas con choclo y queso , jugo de frittilla	Refrigerio: Orejitas con chocolate, jugo de piña	Refrigerio: Sandwich de queso y miel, jugo de mora
ENTRADA:	Locro de cuero	Sopa de fideo	Crema de choclo	Ramé (oriental)	Consomé de res
PLATO FUERTE OP 1.-:	1.-Pollo a la naranja, papa a la francesa y ensalada del huerto (choclo, brócoli y zanahoria).	1.-Lomo a la plancha con menestra de garbanzo y arroz con ensalada de melloco y tomate.	Alas de pollo en salsa Jack daniels, papas fritas ensalada fresca	1.-Milanesa de pollo, papas a la francesa, ensalada criolla.	1.- Estofado de costilla de res, guiso de garbanzo, cebolla y perejil).
PLATO FUERTE OP 2.-:	2.-Cerdo en salsa teriyaki acompañado verduras (Zanahoria, nabo chino , pimiento verde y brotes de soya).	2.-Solomillo de cerdo en salsa de tamarindo puré de camote ensalada fresca		2.-Lomo al romero, papa leona salteada en mantequilla y ensalada americana .	2.- Pollo frito, arroz y ensalada Kentucky
POSTRE:	Claudia	Gelatina de cereza y chantilly	Pie de piña	Fruta de temporada	mil hojas
JUGOS:	Limón	Frutilla	Guayaba	te	Tamarindo

	LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
Refrigerio:	Refrigerio: Nuggets de pollo, papa chaucha, jugo de mandarina	Refrigerio: Empanada de verde rellenas de queso, batido de taxi	Refrigerio: crocante de quinua , jugo de maracuyá	Refrigerio: Sanduche español, Jugo de mango	Refrigerio: Uvas verdes, galleta de avena, jugo de sandia
ENTRADA:	Crema de zanahoria	Sopa de fideo y queso	Sopa de Quinua	Biche de pescado	Sopa de juliana
PLATO FUERTE OP 1.-:	2.-Wraps de pollo con lechuga, tomate y apio en salsa cesar.	1.-Pollo al ajillo, papa gratinada y ensalada lechuga romana brotes de brócoli y yogurt.	1.-Chop suey de carne acompañado con ajonjolí negro y tallarín de arroz.	1.- Pescado en salsa tártara, papas fritas y ensalada de brócoli.	1.- Arroz chaufa de pollo y camarón acompañado con wantan frito.
PLATO FUERTE OP 2.-:	2.-Arroz marinerio (camarón y pescado) , maduro frito y salsa matriciana.	2.-Lomo a las 3 pimientos, puré de zambo y papa, acompañado de ensalada de judías en escabeches.		1.-Pollo al limón acompañado con papa alemana y ensalada Capresse (Tomate, albahaca y queso)	2.- Chuleta hawaiana, papa criolla, ensalada brasileña
POSTRE:	Frutillas con crema	Helado	Torta de chocolate	Manzana	Mousse de frittilla
JUGOS:	Naranja	Guanábana	Mora	Frutilla	Té de naranja

	LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31	JUEVES 01	VIERNES 02
Refrigerio:	Refrigerio: Empanada de queso, jugo de frittilla	Refrigerio: ceviche de palmito, chifles y canguil, jugo de piña	Refrigerio: Torta ciruela, jugo de naranja		
ENTRADA:	Sopa de lluspas (bolas de maíz)	Crema de calabaza	Locro de mellocos con queso		
PLATO FUERTE OP 1.-:	1.- Pescado a la plancha con menestra de frijol y arroz.	1.-Chuleta de cerdo en salsa de maracuyá, arroz al azafrán ensalada de vainitas y tocino.	1.- Filete en salsa de champiñones, al azafrán. Y ensalada zanahoria glaseada.		
PLATO FUERTE OP 2.-:	2.- Arroz millonario, maduro al horno, tomate al orégano.	2.-Pollo a la campesina y ensalada de aguacate	Arroz Relleno con tomate marinado y un maduro frito.		
POSTRE:	Flan de caramelo	Torta marmoleada	Orejas.		
JUGOS:	Papaya con maracuyá	Piña	Jugo: Té de Limón		

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*