



MENÚ ALMUERZO

De kinder a 5to grado

JUNIO 2026

OPCIONES	LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
ENTRADA	Sopa de bolas de verde	Crema de vegetales	Sopa de quinoa	Sopa de tortilla	Locro de papa
PROTEÍNA 1	Lomo de res al grill	Nuggets de pollo	Lomo de cerdo a la parrilla	Pollo agridulce	Albondigas de cerdo
GUARNICIÓN 1	Salad bar	Arroz / menestra de lenteja & salad bar	Llapingacho & salad bar	Arroz & salad bar	Papa criolla & salad bar
PROTEÍNA 2	Pasta carbonara	Pescado al grill / salsa tártara	Goulash de res	Sudado de pescado	Lomo de res salteado
GUARNICIÓN 2	Salad bar	Arroz / menestra de lenteja & salad bar	Llapingacho & salad bar	Arroz & salad bar	Papa criolla & salad bar
VEGETARIANO	Pasta 4 quesos con champiñones	Quesadilla vegetariana	Champiñones al ajo / pan de quinoa	Chop suey	Papa rellena
POSTRE	Frutillas con chocolate	Fruta de temporada	Tres leches	Fruta de temporada	Pristiños
BEBIDA	Limonada	Jugo de mora	Té de frutas	Jugo de frutilla	Naranjada
OPCIONES	LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
ENTRADA	Ajiaco	Pozole	Crema de zapallo y choclo	Sopa de mariscos	Aji de carne
PROTEÍNA 1	Beef stroganoff	Quesadilla de pollo	Ceviche mixto	Lasaña de pollo	Brocheta de res y chorizo
GUARNICIÓN 1	Arroz & salad bar	Salad bar & guacamole	Salad bar	Salad bar	Choclo & salad bar
PROTEÍNA 2	Pasta con atun	Cerdo salteado	Milanesa de res	Chuleta de cerdo al grill	Pescado a la plancha
GUARNICIÓN 2	Salad Bar	Arroz con soya & salad bar	Pure de papa & salad bar	Tigrillo & salad bar	Arroz & salad Bar
VEGETARIANO	Guiso vegetariano	Quesadilla vegetariana	Ceviche vegetariano	Lasaña vegetariana	Calzone vegetariano
POSTRE	Mousse de frutos rojos	Fruta de temporada	Pie de manzana	Fruta de temporada	Mini cupcake redvelvet
BEBIDA	Jugo de frutilla	Naranjada	Jugo de maracuyá	Limonada	Jugo de mora
OPCIONES	LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17		
ENTRADA	Crema de tomate y albahaca	Minestrone		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>AC Last Day of Classes - 1/2 day - Noon dismissal for students</p> </div>	
PROTEÍNA 1	Pollo al grill	Lomo de res a la parrilla			
GUARNICIÓN 1	Salad bar	Arroz & salad Bar			
PROTEÍNA 2	Flautas de cerdo	Calamares rebozados			
GUARNICIÓN 2	Salad Bar & guacamole	Arroz & salad Bar			
VEGETARIANO	Flautas vegetarianas	Arroz relleno vegetariano			
POSTRE	Alfajores	Fruta de temporada			
BEBIDA	Jugo de frutos rojos	Limonada			

	PROTEINAS (animal y vegetal)
	MICRONUTRIENTES (Vitaminas, minerales y oligoelementos)
	GRASAS (saturadas, monoinsaturadas, poliinsaturadas, trans y el colesterol)
	CARBOHIDRATOS (simples y complejos)



ACADEMIA COTOPAXI
AMERICAN INTERNATIONAL SCHOOL



MENÚ SNACK

KINDER

JUNIO 2026

OPCIONES	LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
FRUTA	Manzana - papaya	Frutilla - melon	Sandia - pera	Pepinillos - naranja	Broccoli - frutillas
SNACK	Quesadilla - guacamole	Hash brown- huevo revuelto	Empanada de carne	Tostada integral - ensalada de pollo	Tostada francesa - banano
OPCIONES	LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
FRUTA	Banano - frutillas	Papaya - piña	Sandia - pera	Manzana - melon	Pepinillos - naranja
SNACK	Cereal integral - leche	Flauta de tomate y albahaca	Empanada de queso	Ensalada de atún - galletas de sal	Muffin de zuquini, zanahoria y banano.
OPCIONES	LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17		
FRUTA	Manzana - mandarina	Banano - frutilla	Sandia - melon		
SNACK	Tostada de queso en pan integral	Yogurt natural - granola	Papas criollas - bolitas de carne		

	PROTEINAS (animal y vegetal)
	MICRONUTRIENTES (Vitaminas, minerales y oligoelementos)
	GRASAS (saturadas, monoinsaturadas, poliinsaturadas, trans y el colesterol)
	CARBOHIDRATOS (simples y complejos)



ACADEMIA COTOPAXI
AMERICAN INTERNATIONAL SCHOOL