



MENÚ ALMUERZO

De 6to a 12vo 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 montado	Filete de pierna de pollo al carbon	Lomo de cerdo a la parrilla	Pollo agridulce	Costillas de cerdo BBQ
GUARNICIÓN 1	Arroz & salad bar	Arroz / menestra de lenteja & salad bar	Llapingacho & salad bar	Arroz & salad bar	Papa criolla & salad bar
PROTEÍNA 2	Pasta carbonara	Pescado apanado / salsa tártara	Goulash de res	Sudado de pescado	Lomo de res al grill
GUARNICIÓN 2	Salad bar	Arroz / menestra de lenteja & salad bar	Arroz & salad bar	Arroz & salad bar	Papa criolla & salad bar
VEGETARIANO	Pasta 4 quesos con champiñones	Quesadilla vegetariana	Champiñones al ajillo / pan de quinoa	Chop suey	Papa rellena
POSTRE	Frutillas con chocolate	Fruta de temporada	Tres leches	Fruta de temporada	Pristiños
BEBIDA	Limonada / jugo de tomate de árbol	Jugo de mora / durazno	Té de frutas / jugo de mango	Jugo de frutilla / naranjilla	Naranjada / te de frutas frio
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	Chifles & salad bar	Pan de ajo & salad bar	Choclo & salad bar
PROTEÍNA 2	Pasta con atun	Cerdo agridulce	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 guanábana / frutilla	Agua de jamaica / naranjada	Jugo de maracuyá / sandía	Limonada / jugo de guayaba	Jugo de mora / limonada
OPCIONES	LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17		
ENTRADA	Crema de tomate y albahaca	Minestrone	AC Last Day of Classes - 1/2 day - Noon dismissal for students		
PROTEÍNA 1	Pollo al grill	Lomo de res a la parrilla			
GUARNICIÓN 1	Arroz / menestra frejol & salad bar	Papa gratinada & 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 / naranjilla	Limonada / jugo de frutilla			

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





MENÚ SNACK BAR

De 6to a 12vo grado

JUNIO 2026

OPCIONES	LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
ESPECIAL MAÑANA	Empanada de morocho	Empanada de carne hojaldre	Pan de chocolate	Pancake con fruta	Esquites Mexicano
ESPECIAL DEL DIA	Beagle	Pizza	Nigiri de salmon	Calzone pomodoro	Flautas Jamón y queso
OPCIONES	LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
ESPECIAL MAÑANA	Empanadas de verde	Chili nachos	Tigrillo - huevo	Tequeños	Cupcakes jamon y queso
ESPECIAL DEL DIA	Hot dog	Pizza	Dumplings	Hamburguesa	Alitas de pollo
OPCIONES	LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18		
ESPECIAL MAÑANA	English muffins	Bolones de verde mixto	Empanada de viento		
ESPECIAL DEL DIA	Choripan	Pizza	1/2 day - Noon dismissal for students		
					PROTEINAS (animal y vegetal)
					MICRONUTRIENTES (Vitaminas, minerales y oligoelementos)
					GRASAS (saturadas, monoinsaturadas, poliinsaturadas, trans y el colesterol)
					CARBOHIDRATOS (simples y complejos)

