



# MENÚ 1

## PLAN DE MENÚS - 2025

|                   | LUNES   | MARTES                   | MIÉRCOLES           | JUEVES               | VIERNES            |
|-------------------|---|--------------------------|---------------------|----------------------|--------------------|
| <b>Sopa</b>       | Pasta   | Colicero                 | Crema de verduras   | Cebada               | Bandeja paisa      |
| <b>Arroz</b>      | Blanco  | Blanco                   | Tigre               | Blanco               |                    |
| <b>Proteína</b>   | Pollo con ajonjolí  | Carne de cerdo agridulce | Broaster            | Croquetas de Atún    | Carne molida       |
|                   | Steak a la pimienta   | Pollo asado              | Goulash             | Pollo a la Jardinera | Huevo - chicharrón |
| <b>Farináceos</b> | Pure de papa  | Torta de zanahoria       | Papa al vapor       | Chips de arracacha   | Plátano asado      |
| <b>Principio</b>  | Brócoli al ajillo   | Lentejas                 | Tortilla de mazorca | Puré de ahuyama      | Fríjoles           |
| <b>Ensalada</b>   | Fantasia  | Combinada                | Colorida            | Antipasto            | Con aguacate       |
|                   | Mixta   | Fría                     | César               | De jicama            | Rodajas de tomate  |
| <b>Jugos</b>      | Mango   | Mora                     | Guayaba             | Piña                 | Limonada           |
|                   | Tomate de árbol   | Maracuyá                 | Lulo                | Fresa                |                    |
| <b>Postre</b>     | El alumno puede escoger variedad de dulce o una porción de fruta. |                          |                     |                      |                    |



**MENÚ 2**

**PLAN DE MENÚS - 2025**

|                   | LUNES   | MARTES                            | MIÉRCOLES              | JUEVES                    | VIERNES                  |
|-------------------|---|-----------------------------------|------------------------|---------------------------|--------------------------|
| <b>Sopa</b>       | Cuchuco de maíz   | Sancochito                        | Mute                   | Avena                     | Consomé                  |
| <b>Arroz</b>      | Blanco  | Blanco                            | Blanco                 | Blanco                    | Arroz paisa              |
| <b>Proteína</b>   | Rollitos de carne de cerdo en salsa                               | Pollo al horno con miel y mostaza | Bistec                 | Muslos de pollo al tomate | Res - Cerdo              |
|                   | Pechuga a la plancha  | Picadillo mexicano                | Pechuga apanada        | Pescado a la plancha      | Pollo - salchicha        |
| <b>Farináceos</b> | Papa dorada   | Maduro melao                      | Papa chorreada         | Palitos de yuca           | Papa chip                |
| <b>Principio</b>  | Arvejas verde seca  | Torta de brocolí y coliflor       | Vegetales con ajonjolí | Garbanzos                 | Verduras                 |
| <b>Ensalada</b>   | Roja  | Verano                            | Griega                 | Verde                     | Aguacate                 |
|                   | Casera  | Kale                              | Con manzana            | Favorita                  | Rodajas de tomate y apio |
| <b>Jugos</b>      | Mango   | Mora                              | Fresa                  | Lulo                      | Limonada                 |
|                   | Guayaba   | Piña                              | Tomate de árbol        | Maracuyá                  |                          |
| <b>Postre</b>     | El alumno puede escoger variedad de dulce o una porción de fruta. |                                   |                        |                           |                          |



**MENÚ 3**

**PLAN DE MENÚS - 2025**

|                   | LUNES   | MARTES           | MIÉRCOLES          | JUEVES                | VIERNES               |
|-------------------|---|------------------|--------------------|-----------------------|-----------------------|
| <b>Sopa</b>       | Crema de Ahuyama  | Cuchuco de trigo | De lentejas        | Ajaquito              | Menestrone            |
| <b>Arroz</b>      | Blanco  | Blanco           | Blanco             | Blanco                | Pasta a la napolitana |
| <b>Proteína</b>   | Pollo con miel y ajonjolí   | Cerdo cremoso    | Salchicha          | Sobrebarriga          | o Boloñesa            |
|                   | Estofado  | Pollo mariposa   | Guiso de ternera   | Fricasé de pollo      |                       |
| <b>Farináceos</b> | Croquetas de zanahoria  | Papa a la griega | Platano picaron    | Papa salada           | Pan al ajo            |
| <b>Principio</b>  | Lenteja   | Pepino en salsa  | Arverja verde seca | Julianas de calabacín |                       |
| <b>Ensalada</b>   | Campera   | Variada          | Tropical           | Combinada             | Navideña              |
|                   | Cascos de tomate  | Fresca           | Griega             | Hawaiana              | Campesina             |
| <b>Jugos</b>      | Fresa   | Mora             | Maracuyá           | Tomate de árbol       | Limonada              |
|                   | Lulo  | Mango            | Guayaba            | Piña                  |                       |
| <b>Postre</b>     | El alumno puede escoger variedad de dulce o una porción de fruta. |                  |                    |                       |                       |



**MENÚ 4**

**PLAN DE MENÚS - 2025**

|                   | LUNES   | MARTES                   | MIÉRCOLES          | JUEVES                   | VIERNES               |
|-------------------|---|--------------------------|--------------------|--------------------------|-----------------------|
| <b>Sopa</b>       | Verduras  | Arroz con leche / Cebada | Fritas             | Arroz                    | Picada                |
| <b>Arroz</b>      | Blanco  | Blanco                   | Blanco             | Blanco                   |                       |
| <b>Proteína</b>   | Pollo grillet   | Muslo de pollo apanado   | Pollo a la manzana | Chuleta en salsa de piña | Carne de res - cerdo  |
|                   | Carne en bistec   | Fajitas de res           | Carne asada        | Pollo asado              | Pollo - salchicha     |
| <b>Farináceos</b> | Cascos de papa  | Torta de plátano         | Tostones de yuca   | Papa al perejil          | Plátano asado         |
| <b>Principio</b>  | Guatila   | Lentejas                 | Ratatouille        | Torta de espinaca        | Papa salada - Mazorca |
| <b>Ensalada</b>   | Waldorf   | De pepino                | Navideña con pasta | Picada de frutas         | Guacamole             |
|                   | Casera  | Roja                     | con Maíz           | Fría                     | Rodajas de tomate     |
| <b>Jugos</b>      | Fresa   | Guayaba                  | Mora               | Lulo                     | Limonada              |
|                   | Mango   | Lulo                     | Piña               | Tomate de árbol          |                       |
| <b>Postre</b>     | El alumno puede escoger variedad de dulce o una porción de fruta. |                          |                    |                          |                       |



**MENÚ 5**

**PLAN DE MENÚS - 2025**

|                   | LUNES   | MARTES                    | MIÉRCOLES                          | JUEVES                  | VIERNES            |
|-------------------|---|---------------------------|------------------------------------|-------------------------|--------------------|
| <b>Sopa</b>       | Cebada  | Cereales                  | Mazamorra paísa / Cuchuco de trigo | Crema de espinaca       | Bandeja paísa      |
| <b>Arroz</b>      | Blanco  | Blanco                    | Tigre                              | Blanco                  | Blanco             |
| <b>Proteína</b>   | Goulash   | Sobrebarriga a la plancha | Lomo de cerdo al horno             | Pollo en salsa bechamel | Carne molida       |
|                   | Pechuga grillet   | Pollo ajomiel             | Pechuga hawaiana                   | Atún con verduras       | Huevo - chicharrón |
| <b>Farináceos</b> | Papa a la griega  | Papa chorreada            | Plátano dulce                      | Palitos de plátano      | Plátano asado      |
| <b>Principio</b>  | Croquetas de coliflor   | Arverja verde seca        | Habichuelas al ajillo              | Salteado de calabacín   | Fríjoles           |
| <b>Ensalada</b>   | Combinada   | Verde con mango           | De brocolí                         | Ligera                  | Con aguacate       |
|                   | Variada   | Cabbage                   | Tomate dijón                       | Cremosa                 | Rodajas de tomate  |
| <b>Jugos</b>      | Mora  | Fresa                     | Maracuyá                           | Piña                    | Limonada           |
|                   | Tomate de árbol   | Lulo                      | Guayaba                            | Mango                   |                    |
| <b>Postre</b>     | El alumno puede escoger variedad de dulce o una porción de fruta. |                           |                                    |                         |                    |



**MENÚ 6**

**PLAN DE MENÚS - 2025**

|                   | LUNES   | MARTES                    | MIÉRCOLES               | JUEVES               | VIERNES         |
|-------------------|---|---------------------------|-------------------------|----------------------|-----------------|
| <b>Sopa</b>       | Pasta   | Mote                      | Crema de ahuyama        | Cuchuco de trigo     | Consomé         |
| <b>Arroz</b>      | Blanco  | Blanco                    | Blanco                  | Blanco               | Arroz con Pollo |
| <b>Proteína</b>   | Pollo a la cazadora   | Cerdo oriental agri dulce | Muslo de pollo al horno | Carne de hamburguesa | Pollo           |
|                   | Carne encebollada   | Pescado a la plancha      | Carne molida            | Fricasé de pollo     | Salchicha       |
| <b>Farináceos</b> | Papa a la crema   | Palitos de yuca           | Puré de papa            | Plátano con B&Q      | Papa chip       |
| <b>Principio</b>  | Pepino en salsa   | Tortilla de zanahoria     | Lentejas                | Brocolí al ajillo    | Verduras        |
| <b>Ensalada</b>   | Mixta   | Fría                      | Ensalada Roja           | Tropical             | Fresca          |
|                   | Tomate y apio   | Con pasta                 | Ensalada Verde          | Griega               | Navideña        |
| <b>Jugos</b>      | Piña  | Mora                      | Mango                   | Lulo                 | Limonada        |
|                   | Guayaba   | Tomate de árbol           | Fresa                   | Maracuyá             |                 |
| <b>Postre</b>     | El alumno puede escoger variedad de dulce o una porción de fruta. |                           |                         |                      |                 |



**MENÚ 7**

**PLAN DE MENÚS - 2025**

|                   | LUNES   | MARTES                              | MIÉRCOLES                             | JUEVES   | VIERNES                            |
|-------------------|---|-------------------------------------|---------------------------------------|--|------------------------------------|
| <b>Sopa</b>       | Cascabeles de plátano   | Arroz con leche / Crema de verduras | Cebada                                | Avena  | Bandeja paísa                      |
| <b>Arroz</b>      | Blanco  | Blanco                              | Tigre                                 | Blanco   | Blanco                             |
| <b>Proteína</b>   | Seco de cerdo<br>Pollo a la criolla                               | Picadillo mejicano<br>Alitas B&Q    | Pechuga apanada<br>Chuleta de cerdo   | Nuggets de pollo con ajonjolí<br>Carne en bistec | Carne molida<br>Huevo - chicharrón |
| <b>Farináceos</b> | Papa al perejil   | Torta de banano                     | Papa a las finas hierbas              | Cascabeles                                       | Plátano al horno                   |
| <b>Principio</b>  | Habichuelas en chupe  | Garbanzos                           | Zanahorias asadas                     | Arverjas verdes secas                            | Fríjoles                           |
| <b>Ensalada</b>   | Festival de mango<br>Campesina                                    | Campera<br>Tropical con piña        | Otoño con repollo<br>Cascos de tomate | De bufala<br>Ligera                              | Con aguacate<br>Rodajas de tomate  |
| <b>Jugos</b>      | Fresa<br>Lulo   | Mango<br>Guayaba                    | Piña<br>Tomate de árbol               | Mora<br>Maracuyá                                 | Limonada                           |
| <b>Postre</b>     | El alumno puede escoger variedad de dulce o una porción de fruta. |                                     |                                       |  |                                    |



**MENÚ 8**

**PLAN DE MENÚS - 2025**

|                   | LUNES   | MARTES                    | MIÉRCOLES                 | JUEVES               | VIERNES              |
|-------------------|---|---------------------------|---------------------------|----------------------|----------------------|
| <b>Sopa</b>       | Crema de verduras   | Cuchuco de trigo          | Arroz                     | Ajiaquito            | Sancochito           |
| <b>Arroz</b>      | Blanco  | Blanco                    | Blanco                    | Blanco               | Blanco con coco      |
| <b>Proteína</b>   | Pollo asado   | Muslos de pollo a la miel | Sobrebarriga a la plancha | Chuleta apanada      | Pescado a la plancha |
|                   | Goulash   | Guisado de albondigas     | Pollo al ajillo           | Colombinas al tomate | Carne encebollada    |
| <b>Farináceos</b> | Plátano picarón   | Papas al ajillo           | Papas al vapor            | Tostones de yuca     | Patacones            |
| <b>Principio</b>  | Puré de ahuyama   | Lentejas                  | Ratatouille               | Garbanzos            |                      |
| <b>Ensalada</b>   | Arco iris   | Combinada                 | Cesar                     | Arabe                | Con aguacate         |
|                   | Ligera  | Con manzana               | Tex mex                   | Campesina            | Repollo del huerto   |
| <b>Jugos</b>      | Piña  | Guayaba                   | Maracuyá                  | Mango                | Limonada             |
|                   | Mora  | Lulo                      | Fresa                     | Tomate de árbol      |                      |
| <b>Postre</b>     | El alumno puede escoger variedad de dulce o una porción de fruta. |                           |                           |                      |                      |



**MENÚ 9**

**PLAN DE MENÚS - 2025**

|                   | LUNES   | MARTES                            | MIÉRCOLES            | JUEVES                    | VIERNES  |
|-------------------|---|-----------------------------------|----------------------|---------------------------|----------|
| <b>Sopa</b>       | Sancochito  | Crema de ahuyama                  | Cereales             | Mote                      | Ajiaco   |
| <b>Arroz</b>      | Blanco  | Blanco                            | Blanco               | Blanco                    | Blanco   |
| <b>Proteína</b>   | Saltado de cerdo  | Lomo de cerdo en salsa de naranja | Pollo a la cazadora  | Carne desmechada          | Pollo    |
|                   | Fricasé de pollo  | Pechuga a la plancha              | Carnes mixtas        | Pollo a las finas hierbas |          |
| <b>Farináceos</b> | Cascos de papa  | Plátano dulce                     | Papas al sartén      | Plátano al horno          | Banano   |
| <b>Principio</b>  | Acelgas   | Garbanzos                         | Fajitas de calabacín | Tortilla de zanahoria     |          |
| <b>Ensalada</b>   | Tropical de mango   | Cremosa con pasta                 | Hawaiana             | Griega                    | Aguacate |
|                   | Mexicana  | Waldorf                           | Fría                 | De remolacha              | Banano   |
| <b>Jugos</b>      | Piña  | Mora                              | Fresa                | Mango                     | Limonada |
|                   | Guayaba   | Tomate de árbol                   | Maracuyá             | Lulo                      |          |
| <b>Postre</b>     | El alumno puede escoger variedad de dulce o una porción de fruta. |                                   |                      |                           |          |