



Viktor Frankl
SEMILLERO

MENÚ DE COMIDA FEBRERO 19-20

SEMANA DEL 03 AL 07



A F T E R · S C H O O L

DÍA	SOPA	GUISADO	GUARNICIÓN 1	GUARNICIÓN 2	AGUA	POSTRE
LUNES		<i>ASUETO</i>				
MARTES	Lentejas	Pollo a la plancha	Arroz blanco	Ensalada con zanahoria	Sandía	Paletón
MIÉRCOLES	Animalitos	Tortas de papa con queso	Frijoles refritos	Ensalada con jícama y espinaca	Piña	Flan de vainilla
JUEVES	Consomé de pollo	Croqueta de carne de res	Macarrón al tomate	Ensalada con cherry	Guayaba	Pay de limón
VIERNES	Coditos con queso	Tiras de cerdo a la BBQ	Verduras asadas	Mix de lechugas	Mandarina	Gelatina Dany

SEMANA DEL 10 AL 14

DÍA	SOPA	GUISADO	GUARNICIÓN 1	GUARNICIÓN 2	AGUA	POSTRE
LUNES	Letras	Entomatadas de pollo	Verduras al grill	Ensalada verde	Melón	Barrita de amaranto chocolate
MARTES	Municiones	Carne asada	Frijoles de la olla	Nopales asados y guacamole	Frutas tropicales	Dulce de leche
MIÉRCOLES	Verduras	Picadillo	Plumas al tomate	Ensalada con zanahoria rallada	Jamaica	Gelatina de agua
JUEVES	Papa con tocino	Pescado empanizado	Arroz rojo	Bastones de jícama y pepino	Limón	Arroz con leche
VIERNES	Elote	Pechuga rellena	Gazpacho	Ensalada con germen	Tamarindo	Kínder delice

SEMANA 17 AL 21 FEBRERO 19-20

DÍA	SOPA	GUISADO	GUARNICIÓN 1	GUARNICIÓN 2	AGUA	POSTRE
LUNES	Campirana	Milanesa de pollo empanizada	Espagueti rojo	Ensalada con jícama	Limón	Dulce surtido
MARTES	Lentejas	Albóndigas	Frijoles negros refritos	Verduritas al vapor	Naranja	Palomitas acarameladas
MIÉRCOLES	Letras con espinaca	Encacachuata-do de cerdo	Arroz blanco	Mix de lechugas	Piña	Paleta de plátano cubierto con chocolate
JUEVES	Municiones	Tortas de papa con atún	Frijoles de la olla	Ensalada con zanahoria	Horchata	Flan de vainilla
VIERNES	Verduras	Taco dorado de res	Acelgas a la mexicana	Lechuga romana	Jamaica	Mazapán

SEMANA 24 AL 28

DÍA	SOPA	GUISADO	GUARNICIÓN 1	GUARNICIÓN 2	AGUA	POSTRE
LUNES	Azteca	Rollo de res horneado	Verduras al grill	Ensalada con germen	Fruta de temporada	Cacahuete garapiñado
MARTES	Verduras	Milanesa napolitana	Arroz rojo	Ensalada con zanahoria	Pepino con limón	Gelatina de mora azul
MIÉRCOLES	Fideos	Carne asada	Frijoles refritos	Nopalitos asados y aguacate	Tamarindo	Kínder delice
JUEVES	Elote	Pollo en salsa alemana	Codito frío	Ensalada con manzana	Jamaica	Pay de limón
VIERNES	Espagueti	Pacholitas de res	Puré de papa	Verduras a la mantequilla	Guayaba	Obleas con cajeta