



Logística de alimentos

Menú febrero

Colegio Americano de Bogotá

LUNES 3

CREMA DE CHOCLO CORN SOUP

ESTOFADO DE RES
O NUGUETS CASEROS
BEEF STEW OR CHICKEN NUGGETS

ARROZ FLORENTINO
FLORENTINE RICE

CASQUITOS DE PAPA CON PÁPRIKA
PAPRIKA WEDGES POTATO

VERDURA CALIENTE
O BARRA DE ENSALADA
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

MARTES 4

CREMA DE TOMATE
TOMATO SOUP

POLLO COCACOLO
O CARNE EN BISTEC
COCACOLO STYLE CHICKEN OR BISTEC BEEF

ARROZ BLANCO WHITE RICE

PAPA AL VAPOR
STEAMED POTATO

VERDURA CALIENTE
O BARRA DE ENSALADA
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

MIÉRCOLES 5

SOPA DE FRÍJOL RED BEANS SOUP

FAJITA DE RES STROGANOFF
O DE POLLO
STROGANOFF MEAT OR CHICKEN FAJITA

ARROZ CON FIDEOS RICE & NOODLES

PAN DE QUESO CHEESE BREAD

VERDURA CALIENTE
O BARRA DE ENSALADA
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

JUEVES 6

CREMA DE VERDURAS
VEGETABLES SOUP

PESCADO APANADO
O ALBÓNDIGAS
BREADES FISH OR MEAT BALLS

ARROZ BLANCO WHITE RICE

YUQUITAS FRITAS FRIED YUCAS

VERDURA CALIENTE
O BARRA DE ENSALADA
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

VIERNES 7

AJIACO AJIACO SOUP

POLLO DESMECHADO
SHREDED CHICKEN

ARROZ BLANCO WHITE RICE

AREPITA CON HOGAO
AREPA WITH TOMATO AND ONION SAUCE

VERDURA CALIENTE
O BARRA DE ENSALADA
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

LUNES 10

CREMA DE AHUYAMA
PUMPKIN SOUP

CARNE CHIMICHURRI
O POLLO MARROQUÍ
CHIMICHURRI BEEF
OR MOROCCAN CHICKEN

ARROZ BLANCO WHITE RICE

PLÁTANO AL HORNO BAKED PLANTAIN

VERDURA CALIENTE
O BARRA DE ENSALADA
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

MARTES 11

SOPA DE VERDURAS
VEGETABLES SOUP

POLLO KRISPY
O CARNE ROPA VIEJA
KRISPY CHICKEN OR ROPA VIEJA STYLE BEEF

ARROZ CON AJONJOLÍ
SESAME RICE

PAPA A LA FRANCESA FRENCH FRIES

VERDURA CALIENTE
O BARRA DE ENSALADA
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

MIÉRCOLES 12

SOPA DE LENTEJAS LENTILS SOUP

POLLO ORIENTAL
O CERDO CON PIÑA
ORIENTAL CHICKEN OR PINEAPPLE PORK

ARROZ BLANCO WHITE RICE

AREPUELAS CORN AREPUELAS

VERDURA CALIENTE
O BARRA DE ENSALADA
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

JUEVES 13

CALDITO DE CARNE BEEF BROTH

ROLLO DE POLLO O GULASH
CHICKEN ROLL OR GOULASH

ARROZ AMARILLO YELLOW RICE

CRIOILLITAS CREOLE POTATO

VERDURA CALIENTE
O BARRA DE ENSALADA
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

VIERNES 14

CREMA DE CHAMPIÑÓN
MUSHROOMS SOUP

LASAÑA BOLOÑESA O POLLO
BOLOGNESE OR CHICKEN LASAGNA

VERDURA CALIENTE
O BARRA DE ENSALADA
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

*Menú sujeto a cambios

Daniela Villalobos
NUTRICIONISTA DIETISTA
T.P. 1018468976
Universidad Javeriana

Menú febrero

Colegio Americano de Bogotá

LUNES 17

SOPA CAMPESINA
COUNTRY STYLE SOUP

PECHUGA CHIMICHURRI
O **COSTILLITAS BBQ**
CHIMICHURRI CHIKEN BREAST OR BBQ RIBS

ARROZ BLANCO WHITE RICE

CASQUITOS DE PAPA CON PÁPRIKA
PAPRIKA POTATO WEDGES

VERDURA CALIENTE
O **BARRA DE ENSALADA**
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

MARTES 18

SOPA DE PATACÓN PLANTAIN SOUP

FRICASÉ DE POLLO
O **SOBREBARRIGA EN SALSA**
CHICKEN FRICASÉ OR SAUCED FLANK STEAK

ARROZ CON FIDEOS NOODLES RICE

PAPA DORADA GRILLED POTATO

VERDURA CALIENTE
O **BARRA DE ENSALADA**
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

MIÉRCOLES 19

SOPA DE ARVEJA CON TOCINETA
GREEN PEAS AND BACON SOUP

POLLO AL HORNO
O **CARNE AL CURRY**
BAKED CHICKEN OR CURRY STYLE BEEF

ARROZ BLANCO WHITE RICE

TORTA DE PAN BREAD CAKE

VERDURA CALIENTE
O **BARRA DE ENSALADA**
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

JUEVES 20

SOPA DE SANCOCHO
STEWED BEEF SOUP

POSTA CARTAGENERA O POLLO THAI
CARTHAGINIAN BEEF OR THAI CHICKEN

ARROZ BLANCO WHITE RICE

PATACÓN MASHED PLANTAIN

VERDURA CALIENTE
O **BARRA DE ENSALADA**
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

VIERNES 21

SALPICÓN DE FRUTAS
MIXED FRUITS

PARRILLADA
(CARNE, POLLO, CHORIZO)
BARBECUE (BEEF, CHICKEN, SAUSAGE)

PAPITA CRIOLLA CREOLE POTATO

BARRA DE ENSALADA SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

LUNES 24

CREMA DE CHOCLO CORN SOUP

PESCADO EN SALSA DE COCO
O **CARNE A LA PLANCHA**
COCONUT SAUCED FISH OR GRILLED BEEF

ARROZ CON COCO COCONUT RICE

YUQUITAS FRIED YUQUITAS

VERDURA CALIENTE
O **BARRA DE ENSALADA**
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

MARTES 25

CREMA DE CHAMPIÑÓN
MUSHROOM SOUP

ROLLO DE CARNE, JAMÓN Y QUESO
O **POLLO GUISADO**
BEEF ROLL OR STEWED CHICKEN

ARROZ CON ZANAHORIA
CARROT RICE

PURÉ DE PAPA MASHED POTATO

VERDURA CALIENTE
O **BARRA DE ENSALADA**
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

MIÉRCOLES 26

SOPA FRÍJOL BLANCO Y CARNE
WHITE BEANS AND BEEF SOUP

POLLO EN SALSA BECHAMEL
O **CARNE THAI**
BECHAMEL SAUCED CHICKEN OR THAI BEEF

ARROZ BLANCO WHITE RICE

PLÁTANO CON BOCADILLO Y QUESO
GUAVA PASTE AND CHEESE PLANTAIN

VERDURA CALIENTE
O **BARRA DE ENSALADA**
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

JUEVES 27

SOPA MINISTRONE
MINISTRONE SOUP

BROCHETA DE CARNE O POLLO
CHICKEN OR BEEF BROCHETTE

ARROZ BLANCO WHITE RICE

PAPA SALADA COOKED POTATO

VERDURA CALIENTE
O **BARRA DE ENSALADA**
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

VIERNES 28

SOPA MEXICANA MEXICAN SOUP

BURRITOS AL PASTOR
PASTOR BURRITOS

BARRA DE ENSALADA
SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

*Menú sujeto a cambios

Daniela Villalobos
NUTRICIONISTA DIETISTA
T.P. 1018468976
Universidad Javeriana