

# Menú mayo

Colegio Americano de Bogotá

## LUNES 5

SOPA DE PASTA  
PASTA SOUP

FAJITAS DE RES  
O POLLO GUISADO  
BEEF FAJITAS OR. STEW CHICKEN

ARROZ BLANCO WHITE RICE

CASQUITOS DE PAPA  
POTATOES IN WEDGES

VERDURA CALIENTE  
O BARRA DE ENSALADA  
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

## MARTES 6

SOPA CAMPESINA  
COUNTRY STYLE SOUP

NUGUETS DE POLLO  
O CARNE EN BISTEC  
CHICKEN NUGGETS OR BISTEC STYLE BEEF

ARROZ CON FIDEOS NOODLES RICE

PURÉ DE PAPA MASHED POTATO

VERDURA CALIENTE  
O BARRA DE ENSALADA  
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

## MIÉRCOLES 7

SOPA DE ARVEJA Y TOCINETA  
GREEN PEAS AND BACON SOUP

MEDALLONES DE POLLO  
O CARNE A LA PLANCHA  
CHICKEN STEAKS OR GRILLED BEEF

ARROZ BLANCO WHITE RICE

PATAcón MASHED PLANTAIN

VERDURA CALIENTE  
O BARRA DE ENSALADA  
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

## JUEVES 8

CREMA DE CHOCLO CORN SOUP

CERDO CON PIÑA  
O POLLO MARROQUÍ  
PINEAPPLE PORK OR MOROCCAN CHICKEN

ARROZ CON FIDEOS  
WHITE RICE WITH NOODLES

AREPUÉLAS AREPUÉLAS

VERDURA CALIENTE  
O BARRA DE ENSALADA  
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

## VIERNES 9

CREMA DE VERDURAS  
VEGETABLES SOUP

CREPS DE POLLO O BOLOGNESE  
CHICKEN OR BOLOGNESE CREPES

PAPAS CHIPS CHIPS POTATOES

ENSALADA SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

## LUNES 12

CREMA DE AHUYAMA  
PUMPKIN SOUP

CARNE CHIMICHURRI  
O PECHUGA A LA PLANCHA  
CHICKEN WITH ORANGE OR GRILLED BEEF

ARROZ CON ZANAHORIA  
RICE WITH CARROT

PLÁTANO AL HORNO  
BAKED PLANTAIN

VERDURA CALIENTE  
O BARRA DE ENSALADA  
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

## MARTES 13

AJIAQUITO AJIACO SOUP

POLLO COCACOLO O GULASH  
COCACOLO CHICKEN OR GOULASH

ARROZ BLANCO  
WHITE RICE

PAPA CURUBA CURUBA POTATO

VERDURA CALIENTE  
O BARRA DE ENSALADA  
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

## MIÉRCOLES 14

SOPA DE FRÍJOL BLANCO  
WHITE BEANS SOUP

POLLO ROSTIZADO  
O CARNE AL PASTOR  
ROASTED CHICKEN OR PASTOR BEEF

ARROZ BLANCO WHITE RICE

TORTA DE PLÁTANO  
PLANTAIN CAKE

VERDURA CALIENTE  
O BARRA DE ENSALADA  
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

## JUEVES 15

SANCOCHITO SOUP  
BEEF STEWED SOUP

FRICASÉ DE POLLO  
O CARNE GUISADA  
CHICKEN FRICASE OR STEWED BEEF

ARROZ BLANCO WHITE RICE

AREPITAS AREPITAS

VERDURA CALIENTE  
O BARRA DE ENSALADA  
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

## VIERNES 16

CREMA DE ESPINACA  
SPINACH SOUP

POLLO NAPOLITANO  
O BOLOGNESE  
NEAPOLITANIAN CHICKEN OR BOLOGNESE

ESPAGUETI SPAGHETTI

TAJADA DE PAN BREAD SLICE

BARRA DE ENSALADA  
SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

\*Menú sujeto a cambios

Daniela Villalobos  
NUTRICIONISTA DIETISTA  
T.P. 1018468976  
Universidad Javeriana

# Menú mayo

Colegio Americano de Bogotá

## LUNES 19

CREMA DE VERDURAS  
VEGETABLES SOUP

POLLO AL HORNO  
O GULASH HÚNGARO  
BAKED CHICKEN OR GOULASH

ARROZ BLANCO WHITE RICE

PAPA A LA CREMA CREAMY POTATOES

VERDURA CALIENTE  
O BARRA DE ENSALADA  
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

## MARTES 20

CALDITO DE CARNE  
BEEF BROTH

POLLO EN CREMOSO DE  
CHAMPIÑÓN Y TOCINETA  
O CARNE EN BISTEC  
CREAMY BACON CHICKEN OR BISTEC BEEF

ARROZ BLANCO WHITE RICE

MASITAS DE MAÍZ CORN DOUGH

VERDURA CALIENTE  
O BARRA DE ENSALADA  
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

## MIÉRCOLES 21

SOPA DE LENTEJA LENTILS SOUP

PESCADO APANADO  
O CROQUETAS DE CARNE  
BREADED FISH OR BEEF NUGGETS

ARROZ BLANCO WHITE RICE

PLÁTANO CON BOCADILLO Y QUESO  
PLANTAIN WITH CHEESE AND GUAVA

VERDURA CALIENTE  
O BARRA DE ENSALADA  
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

## JUEVES 22

CREMA DE PUERRO  
PUERRO SOUP

CARNE AL CURRY  
O PECHUGA CHIMICHURRI  
CURRY BEEF OR CHIMICHURRI CHICKEN

ARROZ BLANCO WHITE RICE

TORTA DE MAZORCA CORN CAKE

VERDURA CALIENTE  
O BARRA DE ENSALADA  
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

## VIERNES 23

CONSOMÉ  
STEW BEEF SOUP

ARROZ CON POLLO  
RICE WITH CHICKEN

PAPA FRANCESA  
FRENCH FRIES

BARRA DE ENSALADA  
SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

## LUNES 26

CREMA DE CHOCLO  
CORN CREAMY SOUP

POLLO EN CUBITOS NAPOLITANO  
O CARNE GUISADA  
NAPOLITANIAN CHICKEN OR STEWED BEEF

ARROZ BLANCO WHITE RICE

YUQUITAS YUQUITAS

VERDURA CALIENTE  
O BARRA DE ENSALADA  
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

## MARTES 27

SOPA DE PATACÓN  
MASHED PLANTAIN SOUP

COSTILLITAS BBQ  
O POLLO MEXICANO  
BBQ RIBS OR MEXICAN CHICKEN

ARROZ BLANCO WHITE RICE

ABORRRAJADO CHEESY PLANTAIN

VERDURA CALIENTE  
O BARRA DE ENSALADA  
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

## MIÉRCOLES 28

SOPA DE CEBADA  
BARLEY SOUP

POLLO KRISPY  
O ESTOFADO DE CARNE  
BARLEY SOUP

ARROZ BLANCO WHITE RICE

PATACÓN MASHED PLANTAIN

VERDURA CALIENTE  
O BARRA DE ENSALADA  
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

## JUEVES 29

BANDEJA PAISA

CARNE MOLIDA, CHORIZO  
GROUND BEEF, CHORIZO

ARROZ BLANCO WHITE RICE

PATACÓN MASHED PLANTAIN

VERDURA CALIENTE  
O BARRA DE ENSALADA  
HOT VEGETABLES OR SALAD

JUGO NATURAL NATURAL JUICE

POSTRE DESSERT

## VIERNES 30

## JORNADA PEDAGÓGICA

\*Menú sujeto a cambios

Daniela Villalobos  
NUTRICIONISTA DIETISTA  
T.P. 1018468976  
Universidad Javeriana