



**SEK**  
Ecuador  
COLEGIO INTERNACIONAL  
INTERNATIONAL SCHOOL

[sekquito.com](http://sekquito.com)

# **MENÚ**

**SERVICIO DE COMEDOR**

**FEBRERO**



		01 MIÉRCOLES		02 JUEVES		03 VIERNES			
		Crema de espinaca con canguil	Empanada de verde con queso	Choclo con queso					
		Tilapia al ajillo / Medallón de pavo en salsa de maracuyá	Fritada de cerdo / Fritada de pollo	Parrillada de pollo / res con chorizo y longaniza					
		Arroz blanco	Mote	Papa chaucha en salsa de queso / Vegetales al grill					
		Chips de yuca / Croqueta de quinua	Papa dorada/maduro frito	Salad bar					
		Salad bar	Salad bar	Jugo del día					
		Jugo del día	Jugo del día	Postre del día					
		Postre del día	Postre del día						
06 LUNES		07 MARTES		08 MIÉRCOLES		09 JUEVES		10 VIERNES	
		Consomé de pollo	Viche de pescado	Caldo de pata		Sopa china			
		Lomo apanado / Tilapia en salsa de albahaca	Pollo a la española / Atún a la madre	Rollo de carne / Costillas de cerdo BBQ		Chow Mein / Tonkatsu			
		Arroz blanco	Arroz blanco	Arroz blanco		Arroz blanco			
		Puré de papa y zanahoria / Maduro acaramelado	Papa salteada / Arepa blanca	Brócoli rebozado / Onions rings		Wantán frito			
		Salad bar	Salad bar	Salad bar		Salad bar			
		Jugo del día	Jugo del día	Jugo del día		Jugo del día			
		Postre del día	Postre del día	Postre del día		Postre del día			
13 LUNES		14 MARTES		15 MIÉRCOLES		16 JUEVES		17 VIERNES	
Caldo de pescado		Sancocho costeño		Ají de carne		Sopa de menestrón		Deditos de queso	
Filete de pollo en salsa criolla / Estofado mixto		Mariscos rebozados / Chuleta a la plancha		Lasaña mixta / Pollo a la menta		Salón al curry / Pernil a la albahaca		Hamburguesa de pollo con pan / Alitas BBQ	
Arroz blanco		Arroz blanco		Arroz blanco		Arroz blanco		Papa francesa	
Tortilla de maduro / Papa croqueta		Palmeras de verde / Menestra de lenteja		Pan de ajo / Chips de camote, papa, yuca		Potatoes skins / Maduro a la naranja		Salad bar	
Salad bar		Salad bar		Salad bar		Salad bar		Jugo del día	
Jugo del día		Jugo del día		Jugo del día		Jugo del día		Postre del día	
Postre del día		Postre del día		Postre del día		Postre del día			
20 LUNES		21 MARTES		22 MIÉRCOLES		23 JUEVES		24 VIERNES	
27 LUNES		28 MARTES							
Crema de zanahoria con canguil		Sopa de berros y espinaca							
Spaguetti con camarones / Filete de pollo apanado		Cerdo en salsa criolla / Lomo a la diabla							
Arroz blanco		Arroz blanco							
Pan de ajo / Menestra de frejol		Muchín de maduro / Papa al orégano							
Salad bar		Salad bar							
Jugo del día		Jugo del día							
Postre del día		Postre del día							