



SEK
ECUADOR
INTERNATIONAL SCHOOL

MENÚ

Servicio de comedor

JUNIO 2026



01 LUNES		02 MARTES		03 MIÉRCOLES		04 JUEVES		05 VIERNES	
Nachos con guacamole	Crema de brócoli canguil	Sopa juliana	Sopa azteca	Empanada de verde con queso		Empanada de verde con queso		Empanada de verde con queso	
Choripán	Lomo cantones / Chop suey	Pavo desmechado / Lasaña de pollo	Chimichangas / Chuleta a la plancha	Tilapia / Ceviche de camarón		Tilapia / Ceviche de camarón		Tilapia / Ceviche de camarón	
Papa cajun	Arroz blanco	Arroz blanco	Arroz blanco	Arroz blanco		Arroz blanco		Arroz blanco	
2 opciones a su elección	Soufflé de choclo / Rollito primavera	Papa duquesa / Pan de ajo	Ronditos / Menestra de lenteja	Canguil, chifles, tostado, maqueño		Canguil, chifles, tostado, maqueño		Canguil, chifles, tostado, maqueño	
Jugo de temporada / bebida detox	2 opciones a su elección	2 opciones a su elección	2 opciones a su elección	2 opciones a su elección		2 opciones a su elección		2 opciones a su elección	
Dona glaseada / fruta	Jugo de temporada / bebida detox	Jugo de temporada / bebida detox	Jugo de temporada / bebida detox	Jugo de temporada / bebida detox		Jugo de temporada / bebida detox		Jugo de temporada / bebida detox	
	Bavarois de menta / fruta	Torta de frutas confitadas / fruta	Strudell de piña / fruta	Cheese cake de mora / fruta		Cheese cake de mora / fruta		Cheese cake de mora / fruta	
08 LUNES		09 MARTES		10 MIÉRCOLES		11 JUEVES		12 VIERNES	
Sancocho blanco	Crema de zanahoria	Sopa de trigo queso	Caldo de pata	Empanada de morocho		Empanada de morocho		Empanada de morocho	
Lomo en salsa criolla / Ambateñito	Pollo al horno / Medallón de pavo	Pernil ranchero / Carne llanera	Pechuga de pollo al pesto / Tilapia	Costillas BBQ / Camarón apanado		Costillas BBQ / Camarón apanado		Costillas BBQ / Camarón apanado	
Arroz blanco	Arroz blanco	Arroz blanco	Arroz blanco	Arroz blanco		Arroz blanco		Arroz blanco	
Wantán frito / Tortilla de papa	Chips de camote / yuca / Maduro	Onions rings / Arepa de maíz	Espagueti al pomodoro / Chifles	Choclo frito / Menestra de frejol		Choclo frito / Menestra de frejol		Choclo frito / Menestra de frejol	
2 opciones a su elección	2 opciones a su elección	2 opciones a su elección	2 opciones a su elección	2 opciones a su elección		2 opciones a su elección		2 opciones a su elección	
Jugo de temporada / bebida detox	Jugo de temporada / bebida detox	Jugo de temporada / bebida detox	Jugo de temporada / bebida detox	Jugo de temporada / bebida detox		Jugo de temporada / bebida detox		Jugo de temporada / bebida detox	
Torta de nuez / fruta	Bavarois de mora / fruta	Orejas con chocolate / fruta	Torta de yogurt / fruta	Espumilla de guayaba / fruta		Espumilla de guayaba / fruta		Espumilla de guayaba / fruta	
15 LUNES		16 MARTES		17 MIÉRCOLES		18 JUEVES		19 VIERNES	
Consomé de zanahoria juliana	Crema de zapallo	Encebollado	Sopa de arroz de cebada	Nuggets de pollo		Nuggets de pollo		Nuggets de pollo	
Pollo a la plancha / pescado	Hornado / Canelón de carne	Tilapia / Milanesa de res	Pavo Desmechado / Espagueti Alfredo	Papa francesa		Papa francesa		Papa francesa	
Arroz blanco	Arroz blanco	Arroz blanco	Arroz blanco	2 opciones a su elección		2 opciones a su elección		2 opciones a su elección	
Soufflé de choclo / Puré de papa	Mote / maduro / tostado Pan de ajo	Chifles / Rollito primavera	Menestra de frejol / Grissini	Jugo de temporada / bebida detox		Jugo de temporada / bebida detox		Jugo de temporada / bebida detox	
2 opciones a su elección	2 opciones a su elección	2 opciones a su elección	2 opciones a su elección	Enrollado de manjar / fruta		Enrollado de manjar / fruta		Enrollado de manjar / fruta	
Jugo de temporada / bebida detox	Jugo de temporada / bebida detox	Jugo de temporada / bebida detox	Jugo de temporada / bebida detox						
Buñuelos de miel / fruta	Mil hoja de chocolate / fruta	Torta cinco leches / fruta	Torta de maqueño / fruta						
22 LUNES		23 MARTES		24 MIÉRCOLES		25 JUEVES		26 VIERNES	
29 LUNES		30 MARTES							

