Menú 2023

Febrero

appetite
School Restaurant

Medios de Pago

En cualquier sucursal presencial o virtual del banco BBVA la cuenta corriente 0479031296

Tarjetas débito y crédito, pagos a través de PSE (Pago Seguro), telefónicos, vía correo electrónico, incluso efectivo

Paga en las instalaciones del restaurante con tarjeta débito, crédito o efectivo

318 823 6990
appetiteschoolrestaurant@gmail.com

El servicio de restaurante escolar ofrece a los estudiantes del Liceo, un menú diario con estándares de balance nutricional y acordes a la norma de manipulación de alimentos, con los ingredientes que garantiza una adecuada alimentación para los niños y jóvenes en edad escolar.

Contamos con el personal competente y constantemente capacitado para procesar y servir los mejores alimentos

appetite
School Restaurant

Miércoles 01
Febrero

Refrigerio
Empanada y jugo

Entrada
Opción 1
Sopa de pasta

Opción 2
Fruta

Almidon
Arroz perla

Proteina
Opción 1
Fricaze de pollo

Proteina
Opción 2
Bondiola de cerdo al horno

Ensalada
Opción 1
Ensalada Waldorf

Ensalada
Opción 2
Ensalada Mixta

Acompanamiento
Canastas de plátano

Hey pilas, recuerda!!
Informa al personal del restaurante
si quieres un poco más de alimentos

appetite
School Restaurant

Jueves 02
Febrero

Refrigerio

Crepes de jamón y queso con jugo

Entrada

Opción 1

Crema de zanahoria

Opción 2

Fruta

Almidon

Arroz a la jardinera

Proteina

Opción 1

Estofado de res

Proteina

Opción 2

Pollo al horno

Ensalada

Opción 1

Ensalada Criolla

Ensalada

Opción 2

Festival de frutas

Acompanamiento

Puré de papa

Al comer lentamente, recibimos los alimentos en mejores condiciones.

appetite
School Restaurant

Viernes 03
Febrero

Refrigerio

Yogurt y pasabocas

Entrada

Opción 1

Opción 2

Fruta

Almidon

Arroz blanco

Proteina

Opción 1

Pechuga a la plancha

Proteina

Opción 2

Blanquetas de cerdo en salsa de champiñon

Ensalada

Opción 1

Ensalada Tex- mex

Ensalada

Opción 2

Ensalada dulce de la casa

Acompanamiento

Lentejas

el número de personas al borde de la hambruna en 43 países ha aumentado hasta 45 millones, mientras el hambre aguda se dispara en todo el mundo. (OMS)

appetite
School Restaurant

Lunes 06
Febrero

Refrigerio

Sandwich y café

Entrada

Opción 1

Crema de ahuyama

Opción 2

Fruta

Almidon

Arroz al ajonjoli

Proteina

Opción 1

Ropavieja

Proteina

Opción 2

Chuleta de cerdo

Ensalada

Opción 1

Verduras al wook

Ensalada

Opción 2

Florentina de fresa

Acompanamiento

Plátano con bocadillo y queso

Hey pilas, recuerda!!
Informa al personal del restaurante
si quieres un poco más de alimentos

appetite
School Restaurant

Martes 07
Febrero

Refrigerio

Pastel de pollo y jugo

Entrada

Opción 1

Arroz Caldense

Opción 2

Almidon

Proteina

Opción 1

Proteina

Opción 2

Ensalada

Opción 1

Ensalada

Opción 2

Acompanamiento

Papas en casco

Comer al menos 400 g, o cinco porciones de frutas y verduras al día reduce el riesgo de desarrollar enfermedades no transmisibles

appetite
School Restaurant

Miércoles 08 Febrero

Refrigerio

Fresas con crema banano galleta y helado

Entrada

Opción 1

Ajiaco

Opción 2

Fruta

Almidon

Arroz blanco

Proteina

Opción 1

Pechuga desmechada

Proteina

Opción 2

Ensalada

Opción 1

Ensalada de aguacate

Ensalada

Opción 2

Acompanamiento

Mazorcada

Las proteínas aportan los aminoácidos esenciales/indispensables necesarios para la síntesis de tejidos y el crecimiento.

appetite
School Restaurant

Jueves 09
Febrero

Refrigerio

Palito de queso y café

Entrada

Opción 1

Opción 2

Fruta

Almidon

Arroz perla

Proteina

Opción 1

Albondigas rancheras

Proteina

Opción 2

Rollos de pechuga

Ensalada

Opción 1

Ceviche de coliflor

Ensalada

Opción 2

Mango tentación

Acompanamiento

Cazuela de frijol y /o tajadas de plátano

appetite
School Restaurant

Viernes 10
Febrero

Refrigerio

Crepe de pollo y jugo

Entrada

Opción 1

Opción 2

Fruta

Almidon

Lasaña Mixta

Proteina

Opción 1

Proteina

Opción 2

Ensalada

Opción 1

Ensalada

Opción 2

Acompanamiento

Pan baguette

Lo importante no es lo que se come,
sino cómo se come. (Epicteto)

appetite
School Restaurant

Lunes 13
Febrero

Refrigerio

Croassant y chocolate

Entrada

Opción 1

Sopa de Sanchocho

Opción 2

Fruta

Almidon

Arroz con arveja

Proteina

Opción 1

Bombon de pollo

Proteina

Opción 2

Carne en bisteck

Ensalada

Opción 1

Ensalada Primavera

Ensalada

Opción 2

Mix de frutos rojos

Acompanamiento

Papa chorriada

Hey pilas, recuerda!!

Informa al personal del restaurante si quieres un poco más de alimentos

appetite
School Restaurant

Martes 14
Febrero

Refrigerio
Calzoné hawaino y jugo

Entrada
Opción 1: Crema de espinaca

Opción 2: Fruta

Almidon
Arroz al burro

Proteina
Opción 1: Steak de cerdo gaucho

Proteina
Opción 2: Goulash Hungaro

Ensalada
Opción 1: Ensalada Cesar

Ensalada
Opción 2: Melón y piña

Acompanamiento
Verdura a la crema

appetite
School Restaurant

Miércoles 15
Febrero

Refrigerio
Arepa y milo

Entrada
Opción 1

Opción 2
Fruta

Almidon
Arroz blanco

Proteina
Opción 1
Pechuga gratinada

Proteina
Opción 2
Filet Mignon

Ensalada
Opción 1
Fresca de estación

Ensalada
Opción 2
Ensalada Hawaiana

Acompanamiento
Garbanzos catalanes y/o patacón

Todos los días, disfruta de un delicioso jugo de fruta fresca

appetite
School Restaurant

Jueves 16
Febrero

Refrigerio

Pancakes de jamón y queso y café

Entrada

Opción 1

Cuchuco de trigo

Opción 2

Fruta

Almidon

Arroz al perejil

Proteina

Opción 1

Brochetas de Cerdo

Proteina

Opción 2

Sobrebarriga en salsa

Ensalada

Opción 1

Ensalada cordobesa

Ensalada

Opción 2

Ensalada de Frutas

Acompanamiento

Papa chaleca

Que la comida poco saluble,
sea la excepción y no la norma.

appetite
School Restaurant

Viernes 17
Febrero

Refrigerio
Mini Hot Dog y jugo

Entrada
Opción 1

Opción 2
Fruta

Almidon
Arroz frito

Proteina
Opción 1
Alitas BBQ

Proteina
Opción 2
Fugazzeta de cerdo

Ensalada
Opción 1
Ensalada de coco y sandia

Ensalada
Opción 2
Pasta con atún

Acompanamiento
Papas en casco

"Que tu alimento sea tu medicina
y tu medicina sea tu alimento".
O.M.S.

appetite
School Restaurant

Lunes 20
Febrero

Refrigerio

Almojabana agua panela y queso

Entrada

Opción 1

Sopa campesina

Opción 2

Fruta

Almidon

Vicky(zanahoria

Proteina

Opción 1

Pollo dorado

Proteina

Opción 2

Cerdo Oriental

Ensalada

Opción 1

Ensalada del Huerto

Ensalada

Opción 2

Tropical house

Acompanamiento

Pizza de plátano

Hey pilas, recuerda!!

Informa al personal del restaurante si quieres un poco más de alimentos

appetite
School Restaurant

Martes 21
Febrero

Refrigerio
Mantecada y yogurt

Entrada
Opción 1
Crema de pollo y champiñon

Opción 2
Fruta

Almidon
Arroz perla

Proteina
Opción 1
Pechuga apanada

Proteina
Opción 2
Carne en reducción de vino

Ensalada
Opción 1
Ensalada Roja

Ensalada
Opción 2
Ensalada de frutos amarillos

Acompanamiento
Papa rusa

Todos los días, disfruta de un delicioso jugo de fruta fresca

appetite
School Restaurant

Miércoles 22
Febrero

Refrigerio
Donas y malteada de fresa

Entrada
Opción 1
Arroz

Opción 2
Fruta

Almidon
Tallarines boloñesa o pollo y champiñon

Proteina
Opción 1

Proteina
Opción 2

Ensalada
Opción 1

Ensalada
Opción 2

Acompanamiento
Pan baguett

Todos los días, disfruta de un delicioso jugo de fruta fresca

appetite
School Restaurant

Jueves 23
Febrero

Refrigerio
Salpicón con helado y galletas

Entrada
Opción 1
Cuchuco de cebada

Opción 2
Fruta

Almidon
Arroz al perejil

Proteina
Opción 1
Pamplona de pollo

Proteina
Opción 2
Cerdo en reducción de maracuya

Ensalada
Opción 1
Verdura tempura

Ensalada
Opción 2
Coleslaw

Acompanamiento
Torta de zanahoria

Al comer lentamente,
recibimos los alimentos
en mejores condiciones.

appetite
School Restaurant

Viernes 24
Febrero

Refrigerio
Pizza y jugo

Entrada
Opción 1
Fruta

Opción 2

Almidon
Arroz con pollo

Proteina
Opción 1

Opción 2

Ensalada
Opción 1
Rodajas de tomate

Opción 2

Acompanamiento
Papas en casco

appetite
School Restaurant

Martes 27
Febrero

Refrigerio
Sandwich de huevo y chocolate

Entrada
Opción 1
Consome celestino

Opción 2
Fruta

Almidon
Arroz tigre

Proteina
Opción 1
Carne a la plancha con chimichurri

Proteina
Opción 2
Cordon blue

Ensalada
Opción 1
Pico de gallo

Ensalada
Opción 2
Mandarina y uvas

Acompanamiento
Papas con mantequilla y perejil

Todos los días, disfruta de un delicioso jugo de fruta fresca

appetite
School Restaurant

Martes 28
Febrero

Refrigerio
Wrap de pollo y jugo de naranja

Entrada
Opción 1
Sopa de patacón

Opción 2
Fruta

Almidon
Arroz perla

Proteina
Opción 1
Pollo grille

Proteina
Opción 2
Bondiola de cerdo BBQ

Ensalada
Opción 1
Ensalada Aurora

Ensalada
Opción 2
Ensalada de melocotón

Acompanamiento
Croquetas de yuca

Todos los días, disfruta de un delicioso jugo de fruta fresca