



SEK
LAS AMÉRICAS
INTERNATIONAL SCHOOL

MENÚ

Servicio de comedor

FEBRERO 2026



02 LUNES		03 MARTES		04 MIÉRCOLES		05 JUEVES		06 VIERNES	
Bar de ensaladas	Pollo frito	Ensalada cocida de vegetales	Pastas salteadas en salsa napolitana	Sopa de fideo	Carne de res salteada con vegetales	Bar de ensaladas	Filete de mero al horno	Bar de ensaladas	Hot Dog con chile
Medallones de lomo de cerdo	Arroz blanco	Pechuga de pollo al horno		Pechuga en salsa champiñones		Lomo de cerdo al horno		Papas fritas	
Lentejas guisadas		ostre: Gelatina		Arroz parmesano		Papas doradas		Pechuga de pollo al horno	
Postre: Frutas				Postre: Tarta de galletas		Postre: Arroz con leche		Postre: Helado	
09 LUNES		10 MARTES		11 MIÉRCOLES		12 JUEVES		13 VIERNES	
Ensalada de pasta con tuna	Chow fan mixto	Cocido Dominicano	Carne de res salteada	Ensalada cocida de vegetales	Pasta saltada salsa carbonara	Bar de ensaladas	Chuletas a la plancha	Bar de ensaladas	Carne mixta a la mexicana
Pollo al horno	Arroz blanco	Arroz blanco		Pechuga de pollo al horno		Merluza frita		Tortillas de maíz	
				Papas al horno		Arroz blanco		Pollo al horno	
Postre: Frutas		Postre: Bizcocho		Postre: Gelatina		Habichuelas guisada		Arroz con zanahoria	
						Postre: Flan de limón		Postre: Helado	
16 LUNES		17 MARTES		18 MIÉRCOLES		19 JUEVES		20 VIERNES	
Bar de ensaladas	Pollo al horno a la antigua	Ensalada cocida de vegetales	Pasta salteada en salsa cream cheese	Crema de auyama	Lomo de cerdo al horno	Bar de ensaladas	Pechuga de pollo al horno	Bar de ensalada	
Albóndigas de res a la criolla	Arroz blanco	pechuga de pollo		salsa primavera		salsa mexicana		Pizza de pepperoni	
Lentejas guisadas		Medallones de cerdo		Carne de res a la jardinera		Filete de mero al horno		Pollo al horno	
Postre: Gelatina		Postre: Frutas		Moro de gandules		Arroz pilaf		Postre: Helado	
				Postre: Flan		Postre: Frutas			
23 LUNES		24 MARTES		25 MIÉRCOLES		26 JUEVES		27 VIERNES	
Bar de ensalada	Lomo de cerdo	Ensalada cocida de vegetales	Lasaña boloñesa con champiñones	Sopa de pollo con fideos	Merluza frita	Bar de ensalada	Hamburguesa completa	FERIADO	
Chow suy mixto	Arroz blanco	Pollo al horno		Pechuga de pollo a la plancha	Arroz blanco	Papas fritas			
				Habichuelas guisadas		Pechuga al horno			
Postre: Fruta		Postre: Gelatina		Postre: Bizcocho		Postre: Helado			

Febrero