





LUNES 27



POLLO FRICASÉ/RES FAJITAS ARROZ NIEVE / ARROZ VERDE PAPA CRIOLLA DORADA **ENSALADA DE MANGO.** MELÓN, LECHUGA **ROMANA, UVAS JUGO NATURAL/AGUA SABORIZADA CONFETI/FRUTA**

MARTES 28



BONDIOLA EN MEDALLONES ALBÓNDIGAS NAPOLITANA ARROZ NIEVE / ARROZ FIDEOS PLÁTANO ABORRAJADO **VEGETALES GRATINADOS JUGO NATURAL/AGUA SABORIZADA CONFETI/FRUTA**

MENU

MIERCOLES 29



SOBREBARRIGA DORADA **POLLO A LA CREMA** ARROZ NIEVE/ARROZ AJONJOLÍ **TORTA ZANAHORIA ENSALADA COLESLAW JUGO NATURAL/AGUA SABORIZADA** CONFETI/FRUTA

JUEVES 30



POLLO BBQ / GOULASH ARROZ NIEVE/ARROZ VERDE PAPA FRANCESA **ENSALADA PINA, MELON, LECHUGA JUGO NATURAL/AGUA SABORIZADA** CONFETI/FRUTA

MENU DE O AÑOS HASTA 18 AÑOS



ENCONTRARÁS TEXTURAS Y CORTES APROPIADOS DE LOS **ALIMENTOS PARA NUESTROS JÓVENES** SEGUN GRUPO ETARIO.

VIERNES 31



PASTA CORTA SALSA BOLOGNESA POLLO CON CHAMPIÑONES PAN AJO MIX FRUTAS JUGO NATURAL/AGUA SABORIZADA CONFETI/FRUTA



¿SABÍAS QUE

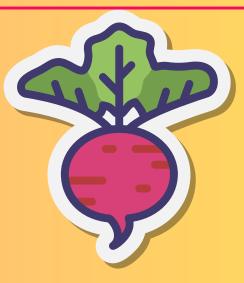


BENEFICIOS DE AGUAS NATURALMENTE SABORIZADAS

- MEJORA LA CIRCULACIÓN Y PROTEGE LOS ÓRGANOS DE NUESTRO CUERPO.
- LUBRICA NUESTRAS ARTICULACIONES Y MUCOSAS.
- AYUDA A ELIMINAR TOXINAS Y LIMPIAR EL ORGANISMO.

DEPENDIENDO DE LAS VERDURAS O FRUTAS QUE UTILICEMOS, VAMOS A OBTENER DISTINTOS BENEFICIOS Y NUTRIENTES.









LUNES 03



CHURRASQUILLO AMERICANO CODITOS DE ALA AL HORNO

ARROZ NIEVE / ARROZ ZANAHORIA

PAPA EN CHUPE CON QUESO **ENSALADA TOMATE, AGUACATE** LECHUGA ROMANA

JUGO NATURAL / AGUA SABORIZADA CONFETI /FRUTA

MARTES 04



CERDO STROGANOFF ASADO VACIOS AL HORNO ARROZ NIEVE / ARROZ PRIMAVERA **AREPITAS**

ENSALADA REMOLACHA, ZANAHORIA, LECHUGA ROMANA

JUGO NATURAL/AGUA SABORIZADA CONFETI/FRUTA

MENU

MIÉRCOLES 05



FILETE DE TILAPIA / POLLO NAPOLITANO ARROZ NIEVE/ARROZ TIGRE CRIOLLITAS MANTEQUILLA PEREJIL **ENSALADA MELON , PIMENTON,** LECHUGA JUGO NATURAL/AGUA SABORIZADA CONFETI/FRUTA

JUEVES 06



CARNE ASADA / POLLO AL HORNO FRIJOLES TRADICION ARROZ NIEVE/ARROZ TENTACION PAPA SALADA **ENSALADA GUACAMOLE JUGO NATURAL/AGUA SABORIZADA** CONFETI/FRUTA

MENU DE O AÑOS HASTA 18 AÑOS



ENCONTRARÁS TEXTURAS Y CORTES APROPIADOS DE LOS **ALIMENTOS PARA NUESTROS JOVENES** SEGÚN GRUPO ETARIO

VIERNES 07



AJIACO COLOMBINA DE POLLO CON HOGAO ARROZ NIEVE/ARROZ VERDE MAIZ TIERNO CON MANTEQUILLA **ENSALADA PEPINO, TOMATE,** LECHUGA ROMANA, ZANAHORIA

JUGO NATURAL/AGUA SABORIZADA CONFETI/FRUTA

¿SABÍAS QUE



PARA DISFRUTAR DE LA VIDA COMIENDO, PRIMERO TIENES QUE CONOCER LO QUE **COMES! POR ESO PROPONEMOS DESCUBRIR** ALGUNAS CURIOSIDADES QUE TE DEJARAN CON LA BOCA ABIERTA SOBRE LOS ALIMENTOS: PROPIEDADES BENEFICIOSAS. FORMAS DE COCINAR, ALTERNATIVAS SALUDABLES.









SCHOOL RESTAURANT

GBCMC

LUNES 10



PECHUGA GRATINADA / RES JARDINERA
ARROZ NIEVE / ARROZ ESMERALDA
PAPA MILLERI CON PEREJIL
ENSALADA HABICHUELA, ZANAHORIA
ESPINACA, LECHUGA
JUGO NATURAL / AGUA SABORIZADA
CONFETI /FRUTA

MENU

MIÉRCOLES 12



ARROZ CUBANO PAPA FRANCESA

ENSALADA CAPRESSE (TOMATE, QUESO OREGANO

JUGO NATURAL/AGUA SABORIZADA CONFETI/FRUTA

JUEVES 13



PECHUGA CORDON BLUE
CARNE EN BISTEC
ARROZ NIEVE/ARROZ TOCINETA
PLATANO AL HORNO CON QUESO
Y BOCADILLO
ENSALADA FRUTA PICADA
JUGO NATURAL/AGUA SABORIZADA
CONFETI/FRUTA

MARTES 11



MUCHACHO RELLENO
CERDO HAWAIANO
ARROZ NIEVE / ARROZ PEREJIL
TORTITAS DE YUCA CON QUESO
ENSALADA
BROCOLI EN TEMPURA
JUGO NATURAL/AGUA SABORIZADA
CONFETI/FRUTA

MENU DE O AÑOS HASTA 18 AÑOS



ENCONTRARÁS
TEXTURAS Y CORTES
APROPIADOS DE LOS
ALIMENTOS PARA
NUESTROS JÓVENES
SEGÚN GRUPO ETARIO.

VIERNES 14



PERNIL CERDO AL HORNO CON ROMERO ALBONDIGAS DE POLLO DORADAS ARROZ NIEVE/ARROZ TIGRE

TORTA DE ZANAHORIA

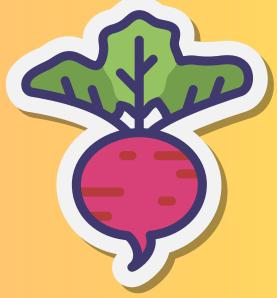
ENSALADA MANGO,MELON ESPINACA,LECHUGA JUGO NATURAL/AGUA SABORIZADA CONFETI/FRUTA

¿SABÍAS QUE



COMER SANO Y LLEVAR UNA ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA NO SOLO BENEFICIA TU SALUD FÍSICA, SINO QUE TAMBIÉN TIENE UN IMPACTO POSITIVO EN TU BIENESTAR EMOCIONAL Y MENTAL.







SCHOOL RESTAURANT

GBCMC

LUNES 17



CHULETA VALLUNA
ARROZ NIEVE / ARROZ CARAMELO
YUCA CROQUETAS
ENSALADA LECHUGA ROMANA,
PIÑA, UVAS ,ESPINACA
JUGO NATURAL / AGUA SABORIZADA
CONFETI /FRUTA

MARTES 18



RES STEACK

ARROZ NIEVE / ARROZ VERDURAS
PLATANO CARAMELO
ENSALADA MANGO,PEPINO,
LECHUGA ROMANA
JUGO NATURAL/AGUA SABORIZADA
CONFETI/FRUTA

MENÚ

MIÉRCOLES 19



TENDERS DE POLLO
ARROZ NIEVE /ARROZ PIPER
ENSALADA HABICHUELA ZUQUINI,
TOMATE ,LECHUGA
JUGO NATURAL/AGUA SABORIZADA
CONFETI/FRUTA

JUEVES 20



ROAST BEEF
ARROZ NIEVE/ARROZ BRASILEÑO
ENSALADA RUSA
SANDIA PORCIONADA
JUGO NATURAL/AGUA SABORIZADA
CONFETI/FRUTA

MENU DE O AÑOS HASTA 18 AÑOS



ENCONTRARÁS
TEXTURAS Y CORTES
APROPIADOS DE LOS
ALIMENTOS PARA
NUESTROS JÓVENES
SEGÚN GRUPO ETARIO

VIERNES 21

AGUACATE



PECHUGA GRATINADA

FRIJOL ROJO TRADICION

ARROZ NIEVE/ARROZ PAJARITO

AREPAS DORADAS

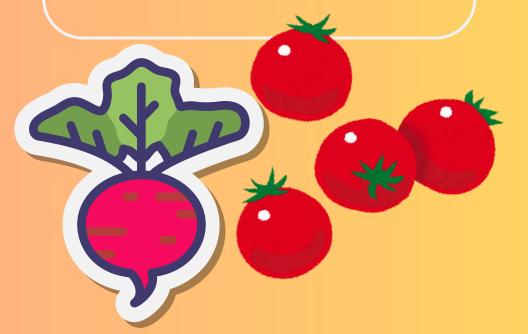
ENSALADA LECHUGA ,TOMATE,

JUGO NATURAL/AGUA SABORIZADA CONFETI/FRUTA

¿SABÍAS QUE



EL INTERIOR DE UN PEPINO SIEMPRE SE MANTIENE A 20 GRADOS MENOS QUE LA TEMPERATURA AMBIENTE QUE HAY EN EL EXTERIOR, POR LO QUE SIEMPRE SE MANTIENEN FRESCOS.





GBCMC

LUNES 24



COLOMBINA POLLO AL HORNO CARNE ASADA CODITOS A LA PRIMAVERA TAJADAS DE PLATANO

ENSALADA CESAR

JUGO NATURAL / AGUA SABORIZADA

CONFETI / FRUTA

MARTES 25



ARROZ CAUCANO

PAPA FRANCESA

ENSALADA PIÑA GLASEADA

JUGO NATURAL/AGUA SABORIZADA CONFETI/FRUTA

MENÚ

MIÉRCOLES 26



CHOP SUEY DE CERDO / PECHUGA FINAS HIERBAS
ARROZ NIEVE /ARROZ INDONES
CRIOLLITAS MANTEQUILLA CILANTRO
ENSALADA REPOLLO,UVAS PASAS,
ZANAHORIA,PIÑA
JUGO NATURAL/AGUA SABORIZADA
CONFETI/FRUTA

JUEVES 27



FESTIVAL GASTRONOMICO ITALIANO

JUGO NATURAL/AGUA SABORIZADA

CONFETI/FRUTA

MENU DE O HASTA 18 AÑOS



ENCONTRARÁS TEXTURAS Y CORTES APROPIADOS DE LOS ALIMENTOS PARA NUESTROS JÓVENES SEGÚN EL GRUPO ETARIO.

VIERNES 28



MUSLOS A LA CRIOLLA / ALBONDIGAS ARROZ BLANCO LENTEJAS GUISADAS PAPA SALADA

EENSALADA TOMATE, LECHUGA ROMANA, AGUACATE, PEPINO JUGO NATURAL/AGUA SABORIZADA CONFETI/FRUTA

¿SABÍAS QUE





UNO DE LOS OBJETIVOS DE NUESTRAS FERIAS
GASTRONÓMICAS ES AUNAR LA TRADICIÓN Y LA
INNOVACIÓN. DESDE LO FRUGAL HASTA LO
GOURMET. Y EN ELLAS, LOS NIÑOS PUEDEN
DESCUBRIR DECENAS DE NUEVOS PRODUCTOS E
INCLUSO PROBARLOS, ASÍ COMO A QUIENES SE
ENCUENTRAN DETRÁS DE ELLOS CON LA TEMÁTICA
CULTURAL.





THANK

Animate a ser parte de nuestra comunidad del restaurante GBCMC

Correo:

restaurante@gimnasiomariecurie.edu.co

Beetroot

GBCMC

