



Beetroot

SCHOOL RESTAURANT

GBCMC

MENÚ

REFRIGERIO

SEPTIEMBRE 2026



GBCMC

Mejor Colegio

Mosquera 2025 y 2026





Beetroot

SCHOOL RESTAURANT

GBCMC

Es un menú que permite tener la variedad de todos los grupos de alimentos cumpliendo con la frecuencia y porciones esperadas.

¿QUÉ DEBO CONOCER DE ESTE MENÚ?



Las preparaciones permiten experimentar los alimentos desde diferentes perspectivas como la culinaria y la nutricional.

LUNES 31



**AREPA BOYACENSE
CHOCOLATE
CALIENTE
FRUTA DE MANO O
PORCIÓN**

MARTES 01



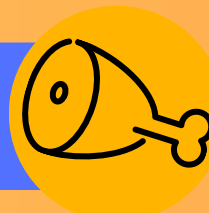
**EMPANADA
HORNEADA DE
POLLO
JUGO DE MARACUYÁ
FRUTA DE MANO O
PORCIÓN**

MIÉRCOLES 02



**TORTA DE AHUYAMA
AVENA CON LECHE
FRUTA DE MANO O
PORCIÓN**

JUEVES 03



**CALDO CAMPESINO CON
AREPA
JUGO DE GUANÁBANA
FRUTA DE MANO O PORCIÓN**

MENU DE 0 AÑOS HASTA 3 AÑOS

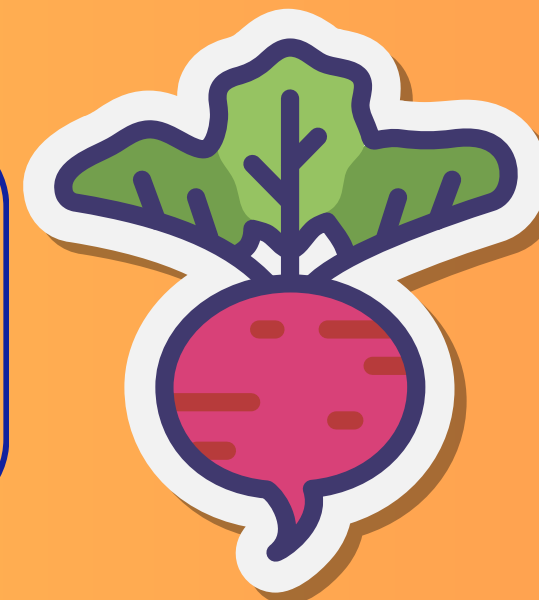


ENCONTRARÁS
TEXTURAS Y CORTES
APROPIADOS DE LOS
ALIMENTOS PARA
NUESTROS JOVENES
SEGÚN GRUPO ETARIO

VIERNES 04



**PAN DE BONO CON
QUESO
KUMIS
FRUTA DE MANO O
PORCIÓN**



MENÚ

LUNES 07



**PASTEL DE
JAMON Y QUESO
AVENA CUBANA
CIRUELAS**

MARTES 08



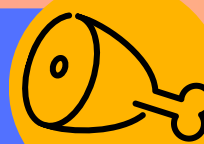
**WRAP DE POLLO
CON MANZANA
JUGO DE
MARACUYA
MANZANA
ROYAL**

MIÉRCOLES 09



**CALDO DE RES /
AREPITA
JUGO DE MORA
UVAS**

JUEVES 10



**HUEVOS CON ARROZ
/PANECILLO
COCOA CALIENTE
FRUTA PORCIÓN**

MENU DE 0 AÑOS HASTA 3 AÑOS



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

VIERNES 11

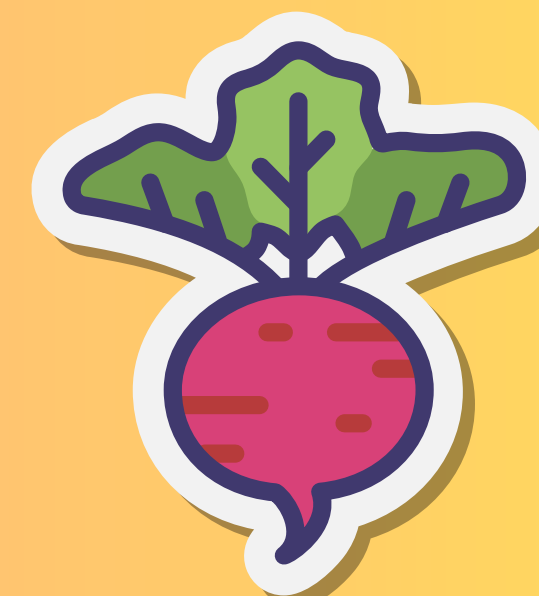


**MINI HAMBURGUESA
ARTESANAL / QUESO
JUGO DE LULO
SANDIA**

¿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.



MENÚ

LUNES 14



**BUÑUELO
AVENA
MANZANA**

MARTES 15



**PARFAIT /GALLETA
OSITOS
YOGUT
MIX DE FRUTA**

MIÉRCOLES 16



**CALDO DE RES /
AREPITA
JUGO DE FRESA
UVAS**

JUEVES 17



**HUEVOS PERICOS CON
ARROZ /PANECILLO
COCOA CALIENTE
FRUTA PORCIÓN**

MENU DE 0 AÑOS HASTA 3 AÑOS



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

VIERNES 18

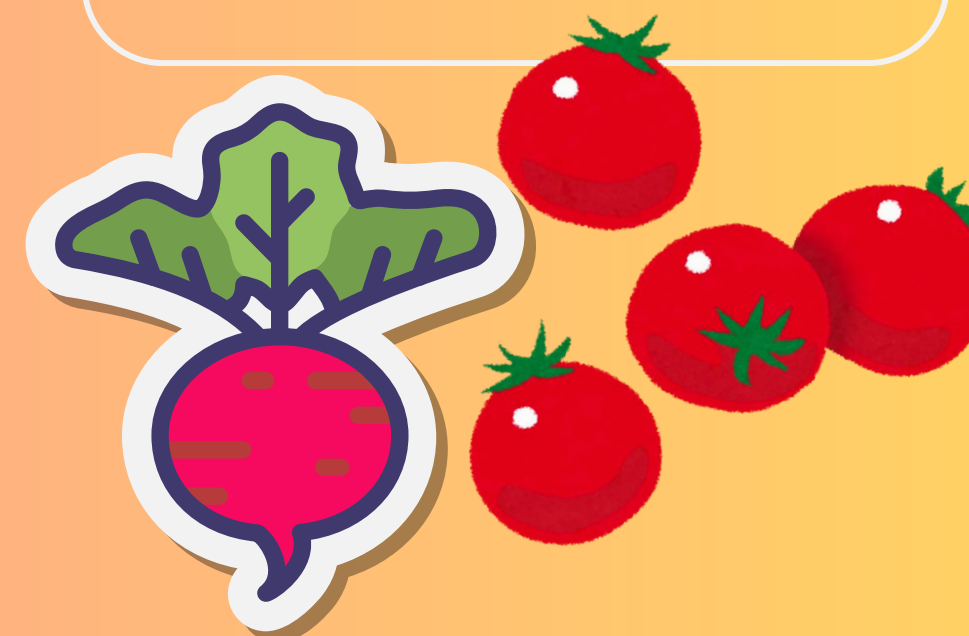


**SALCHI/TACO
SORBETE DE LULO
SANDIA**

¿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.



MENÚ

LUNES 21



**PASTEL DE POLLO
JUGO DE FRUTOS
ROJOS
DOMO DE FRUTA**

MARTES 22



**BURRITO DE RES /
TOTOPOS
JUGO DE LULO
PORCION DE PIÑA**

MIÉRCOLES 23



**CALDO DE RES /
AREPITA
CHOCOLATE
PORCION DE PAPAYA**

JUEVES 24



**HUEVOS CON ARROZ
/PANECILLO
COCOA CALIENTE
FRUTA PORCIÓN**

VIERNES 25



**PERRO CALIENTE
JUGO DE MANDARINA
GRANADILLA**

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



MENÚ

LUNES 28



**TURQUEY DE
JAMON CON
VEGETALES
SORBETE DE MORA
MANZANA**

MARTES 29



**WRAP DE POLLO
JUGO DE LULO
CIRUELAS**

MIÉRCOLES 30



**VASO DE FRUTA CON
GRANOLA Y YOGURT
/GALLETA
DOMO DE FRUTA**



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



THANK YOU

Anímate a ser parte de nuestra comunidad
del restaurante GBCMC

Correo:
restaurante@gimnasiomariecurie.edu.co
3115677252





RESTAURANTE ESCOLAR GBCMC



¿Qué pasa cuando debemos realizar un intercambio en el menú?

En nuestro Restaurante Escolar sabemos que pueden presentarse situaciones que requieran realizar ajustes en las preparaciones programadas.

Por eso, contamos con una **lista de alimentos para intercambios**, previamente establecida desde el área de **Nutrición**, que nos permite realizar modificaciones manteniendo los criterios nutricionales y las porciones correspondientes a cada etapa de desarrollo.



PROTEÍNAS

Podemos realizar intercambios entre diferentes opciones como pollo, carne, cerdo, pescado y preparaciones con leguminosas.



CEREALES Y TUBÉRCULOS

Contamos con diferentes alternativas de arroz, pasta, papa, plátano, yuca y otras preparaciones que aportan variedad al menú.



VERDURAS

Disponemos de diferentes combinaciones de verduras y ensaladas, tanto crudas como cocidas, buscando aportar variedad y micronutrientes.



FRUTAS Y JUGOS

Se contemplan diferentes alternativas de frutas y preparaciones de jugos para mantener la variedad de la oferta.



NUESTRO COMPROMISO

Cada intercambio busca garantizar que nuestros estudiantes continúen recibiendo una alimentación **segura, nutritiva, variada y adecuada** para su etapa de desarrollo.



Los intercambios y modificaciones del menú serán publicados oportunamente en la página web del colegio, en el apartado **Restaurante Escolar – Menú**.



Restaurante Escolar GBCMC

Alimentamos, cuidamos y acompañamos el bienestar de nuestros estudiantes.