



SEK
CHILE
INTERNATIONAL SCHOOL

MENÚ

Servicio de comedor
5° a 4° Medio

MAYO 2026



Mayo

				01 VIERNES		
Feriado						
04 LUNES		05 MARTES		06 MIÉRCOLES	07 JUEVES	08 VIERNES
Lechuga/Chilena/Choclo	Sopa/Lechuga/Mix primavera/Pepino	Lechuga/Zanahoria/Habas	Sopa/Lechuga/Tomate/Zapallo italiano	Ens. Cobb/Coleslaw/Blanca y roja		
Salsa boloñesa con fideos al orégano	Cubos de pollo al champiñón y arroz	Lentejas con huevo	Merluza apanada con puré	Hot dog con papas pre fritas		
Estofado de ave	Juliana de cerdo con puré	Tomaticán con arroz	Pollo saltado con papas duquesas	Alitas de pollo BBQ con arroz		
Yogurt/Jalea/Fruta natural	Queque/Jalea/Fruta natural	Macedonia/Jalea/Fruta natural	Mote-huesillo/Jalea/Fruta natural	Helado/Jalea/Fruta natural		
Barra de cereal	Yogurt	Fruta	(2C) Queque (EM) Galletas maní	(2C) Yogurt (EM) Queque		
11 LUNES		12 MARTES		13 MIÉRCOLES	14 JUEVES	15 VIERNES
Lechuga/Tomate/Porotos verdes	Sopa/Lechuga/Choclo/Pepino	Lechuga/Zanahoria/Arvejas	Sopa/Lechuga/Chilena/Betarraga	Lechuga/Coliflor/Pepino		
Cubos de vacuno saltado con arroz	Albóndigas atomatadas con fideos	Pastel de papa	Garbanzos guisados	Tacos de pollo y queso		
Salsa bontoux con mostaccioli	Carbonada de pollo	Tiras de pollo con arroz	Salmón con cuscús	Cubos de cerdo BBQ con papas doradas		
Panacotta/Jalea/Fruta natural	Mandarinas/Jalea/Fruta natural	Brazo de reina/Jalea/Fruta natural	Macedonia/Jalea/Fruta natural	Helado/Jalea/Fruta natural		
Bomba Kuna maní	Yogurt	Fruta natural	(2C) Panqueque (EM) Cereal Vivo	(2C) Barra cereal (EM) Panqueque		
18 LUNES		19 MARTES		20 MIÉRCOLES	21 JUEVES	22 VIERNES
Lechuga/Betarraga/Tomate	Sopa/Lechuga/Choclo/Zanahoria	Lechuga/Mix primavera/Repollo	Feriado		Lechuga/Pepino/Choclo	
Cubos de pollo arvejado con arroz	Lentejas con huevo	Merluza apanada napolitana con puré			Vacuno al jugo con papas duquesas	
Tiras de cerdo con espirales	Chapsuí de vacuno con puré	Tiras de pollo con arroz			Cerdo Pekín con spaguetti	
Yogurt/Jalea/Fruta natural	Naranja/Jalea/Fruta natural	Macedonia/Jalea/Fruta natural			Helado/Jalea/Fruta natural	
Cereal hojuelas	(2C) Galletón casero (EM) Fruta	(2C) Barra cereal(EM)Galletón casero			Yogurt	
25 LUNES		26 MARTES		27 MIÉRCOLES	28 JUEVES	29 VIERNES
Lechuga/Pepino/Zapallo italiano	Sopa/Lechuga/Choclo/Zanahoria	Lechuga/Betarraga/Repollo	Sopa/Lechuga/Tomate/Arvejas	Lechuga/Coliflor/Mix primavera		
Salsa italiana con spaguetti	Pescado apanado con puré	Lasaña boloñesa	Lentejas parmesanas	Chicken burger con papas pre fritas		
Cubos de cerdo BBQ con quinoa	Guiso de zapallo italiano con arroz	Cubos de pollo Teriyaki con cuscús	Cubos de vacuno con arroz	Estofado de vacuno		
Panacotta/Jalea/Fruta natural	Colegial/Jalea/Fruta natural	Mandarinas/Jalea/Fruta natural	Macedonia/Jalea/Fruta natural	Helado/Jalea/Fruta natural		
Cereal Vivo check	Barra de cereal	Yogurt	(2C) Fruta (EM) Sandwich	(2C) Sandwich (EM) Cereal bolita		