



SEK
CHILE
INTERNATIONAL SCHOOL

MENÚ

Servicio de comedor
5° a 4° Medio

SEPTIEMBRE 2026



Septiembre

Septiembre	01 MARTES		02 MIÉRCOLES		03 JUEVES		04 VIERNES		
	Sopa/Lechuga7Mix Primavera/Apio		Salpicón/Coliflor/Betarraga		Sopa/Lechuga/Choclo/Pepino		Lechuga/Habas/Tomate		
	Salsa boloñesa con fideos al oliva		Lentejas parmesanas		Cubos de carne con cuscús		Filetitos de pollo con papas fritas		
	Cubos de pollo al jugo con arroz		Salmón con papas salteadas		Cerdo saltado con arroz exótico		Estofado de vacuno		
	Macedonia/Fruta natural/Jalea		Brazo de reina/Fruta natural/Jalea		Plátano /Fruta natural/Jalea		Helado/Fruta natural/Jalea		
	Yogurt		Fruta		(2C) Queque (EM) Barra cereal		(2C) Barra cereal (EM) Queque		
07 LUNES		08 MARTES		09 MIÉRCOLES		10 JUEVES		11 VIERNES	
Lechuga/Betarraga/Choclo		Sopa/Lechuga/Pepino/Tomate		Lechuga/Arvejas con cebolla/Repollo		Salpicón/Pepino/Zapallo italiano		Menú de Fiestas Patrias	
garbanzos guisados		Salmón con arroz pilaf		Pastel de papa		Tomaticán con fideos al perejil			
Vacuno braseado con papas a la oliva		Salsa Alfredom con espirales		Pollo saltado con quinoa		Arroz chaufa dos carnes			
Jalea con crema/Fruta natural/Jalea		Queque/Fruta natural/Jalea		Macedonia7Fruta natural/Jalea		Panacotta/Fruta natural/Jalea			
Cereal hojuelas de maíz		(2C) 1+1) (EM) Barra cereal		(2C) Barra cereal (EM) 1+1		(2C) Fruta natural (EM) Galletón			
14 LUNES		15 MARTES		16 MIÉRCOLES		17 JUEVES		18 VIERNES	
Vacaciones de Fiestas Patrias		Vacaciones de Fiestas Patrias		Vacaciones de Fiestas Patrias		Vacaciones de Fiestas Patrias		Vacaciones de Fiestas Patrias	
21 LUNES		22 MARTES		23 MIÉRCOLES		24 JUEVES		25 VIERNES	
Lechuga/Betarraga/Habas		Lechuga/Coliflor/Apio		Lechuga/Tomate/Zanahoria		Sopa/Lechuga/Bretona/Betarraga		Lechuga/Choclo/Arvejas	
Salsa boloñesa con fideos al oliva		Trutro de pollo asado y arroz		Lentejas guisadas		Pescado apanado con puré		Tacos de pollo	
Cerdo Pekín con arroz árabe		Carbonada de vacuno		Cubos de pollo y verduras salteadas		Vacuno mongoliano con quinoa		Cerdo al ajillo con fetuccini	
Yogurt/Fruta natural/Jalea		Colegial/Fruta natural/Jalea		Plátano/Fruta natural/Jalea		Macedonia/Fruta natural/Jalea		Helado/Fruta natural/Jalea	
Barra cereal		Fruta		(2C) cereal Vivo (EM) Yogurt		(2C) Panqueques (EM) Leche vainilla		(2C) Yogurt (EM Panqueques	
28 LUNES		29 MARTES		30 MIÉRCOLES		Diciembre			
Lechuga/Zanahoria/Coliflor		Sopa/Lechuga/Chilena/Choclo		Lechuga/Mix primavera/Palmito					
Escalopa kayser con puré		Pollo mongoliano con arroz		Lasaña boloñesa					
Salsa bontoix con spaguettis		Cerdo BBQ con papas al perejil		Macedonai/Fruta natural/Jalea					
Jalea/Fruta natural		Queque/Fruta natural/Jalea							
Yogurt		Cereal Vivo Check		Fruta					