



SEK
GUAYAQUIL
INTERNATIONAL SCHOOL

MENÚ

Servicio de comedor

SEPTIEMBRE 2025



01 LUNES		02 MARTES		03 MIÉRCOLES		04 JUEVES		05 VIERNES	
Sopa de menestrón de queso		Chupe de pescado		Sopa de lenteja con queso		Crema de legumbres con canguil		Sopa de pollo con verduras	
Chuleta en salsa de tocino / Arroz blanco		Pollo broaster / Arroz blanco / Puré de papa		Seco de carne / Arroz blanco / Maduro frito		Pechuga de pollo al horno / Arroz blanco / Menestra		Hornado de cerdo / Arroz blanco / Tortilla de papa	
Salad Bar / Jugo de coco		Salad Bar / Jugo de maracuya		Salad Bar / Jugo de naranjilla		Salad Bar / Te de flor de jamaica		Salad Bar / Jugo de limón	
Pan botón (30gr) / Brazo gitano de manjar		Pan botón (30gr) / Mandarina		Pan botón (30gr) / Rollos de canela		Pan botón (30gr) / Melón		Pan botón (30gr) / Muffin de nueces	
Mini Bolón de queso		Empanadas de viento		Huevo duro		Gelatina con frutas		Avena quaker	
Manzana		Torta de 3 leches		Deditos de queso		Arepa de carne		Pizza jamón queso	
08 LUNES		09 MARTES		10 MIÉRCOLES		11 JUEVES		12 VIERNES	
Aguado de pollo		Sopa de carne verduras		Crema de zanahoria con canguil		Sopa de albóndigas de carne		Sopa de fideo cabellos de ángel	
Ensalada de atún / Maduro frito / Aguacate		Tallarín verde con pollo horneado		Carne apanada (suave) / Puré de papa		Pechuga en salsa de champiñones / Papas / Queso		Pescado apanado / Menestra de lenteja	
Salad Bar / Gelatina de frambuesa jugo		Salad Bar / Jugo de mora		Salad Bar / Jugo de naranja		Salad Bar / Jugo de tomate de árbol		Salad Bar / Jugo de limón	
Pan botón (30gr) / Moncaibas		Pan botón (30gr) / Mandarina		Pan botón (30gr) / Brownie		Pan botón (30gr) / Frutas		Pan botón (30gr) / Orejas con chocolate	
Omelette con jamón		Avena con naranjilla		Bolón de queso		Canguil		Gelatina con frutas	
Manzana		Pan de yuca		Pancake con miel de maple		Salchicha de pollo vienesa hojaldre		Tortilla de verde	
15 LUNES		16 MARTES		17 MIÉRCOLES		18 JUEVES		19 VIERNES	
Ramen de pollo (con huevo) sin picante		Sancocho blanco de carne con verde majado		Sopa de fideo cabello de ángel		Caldo de lenteja con carne		Caldo de lenteja con carne	
Chuleta a la plancha / Arroz Blanco / Ensalada rusa		Pollo al horno / Arroz blanco / Papas al horno		Pernil a las finas hierbas / Arroz blanco / Menestra		Pescado Frito / Arroz blanco / Ensalada criolla / Aguacate		Pescado Frito / Arroz blanco / Ensalada criolla / Aguacate	
Salad Bar / Jugo de limón		Salad Bar / Jugo de tomate de árbol		Salad Bar / Jugo de mora		Salad Bar / Jugo de frutilla		Salad Bar / Jugo de frutilla	
Pan botón (30gr) / Fresas con crema chantilly		Pan botón (30gr) / Frutas		Pan botón (30gr) / Tiramisú		Pan botón (30gr) / Sandía		Pan botón (30gr) / Sandía	
Yogurt con cereal		Avena quaker		Huevo duro		Canguil		Canguil	
Canguil		Arepa de pollo		Deditos de queso		Tortilla de verde		Tortilla de verde	
22 LUNES		23 MARTES		24 MIÉRCOLES		25 JUEVES		26 VIERNES	
Sopa de pollo con quinua		Sopa de pollo con nabo		Locro de legumbres		Crema de brócoli + crotones		Sopa de letras con leche	
Lomito saltado / Arroz blanco / Huevo frito / Papas		Chaulafán / Wantán frito		Fritada / Motepillo / Papa chaucha / Aguacate		Pollo a la plancha Arroz blanco / Menestra de lenteja		Lomo saltado / Arroz blanco / Huevo frito / Papas	
Salad Bar / Jugo de naranjilla		Salad Bar / Jugo de naranjilla		Salad Bar / Jugo de limón		Salad Bar / Jugo de tomate de árbol		Salad Bar / Jugo de frutilla	
Pan botón (30gr) / Arroz con leche		Pan botón (30gr) / Mandarina		Pan botón (30gr) / Cupcakes		Pan botón (30gr) / Guineo		Pan botón (30gr) / Cheesecake de frutilla	
Pastel de carne		Tortilla de verde / queso		Huevo duro		Deditos de queso		Yogurt de durazno / cereal	
Cake de naranja		Sandía		Pizza jamón / queso		Sánduche de atún con pan molde		Torta mojada de chocolate	
29 LUNES		30 MARTES							
Menestrón de chancho		Crema de zanahoria con canguil							
Pescado frito / Arroz blanco / Aguacate / Patacones		Milanesa de pollo / Puré de papa							
Salad Bar / Jugo de maracuyá		Salad Bar / Jugo de limón							
Pan botón (30gr) / Muffin de manzana y nuez		Pan botón (30gr) / orejitas							
Canguil		Maduro con queso							
Empanada de queso (frita)		Mandarina							