



**SEK**  
GUAYAQUIL  
INTERNATIONAL SCHOOL

# MENÚ

## Servicio de comedor

ENERO 2026

# Enero

					01 JUEVES	02 VIERNES
05 LUNES	06 MARTES	07 MIÉRCOLES	08 JUEVES	09 VIERNES		
Locro de queso Pescado apanado / Arroz blanco / Menestra de lenteja	Raspado de verde de carne Yapingacho / Arroz blanco / Tortilla de papa / Salsa de maní	Crema de legumbres Pollo al horno / Arroz blanco	Sopa de pollo con quinua Chuleta en salsa de champiñones / Arroz blanco / Papas	Encebollado Estofado de carne / Arroz blanco / Chifle		
Salad Bar / Jugo de limón Pan botón (30gr) / Alfajor	Salad Bar / Jugo de maracuyá Pan botón (30gr) / Sandía	Salad Bar / Jugo de tomate de árbol Pan botón (30gr) / Torta de 3 leches	Salad Bar / Jugo de mora Pan botón (30gr) / Guineo	Salad Bar / Jugo de frutilla Pan botón (30gr) / Gelatina de mosaico		
Sánduche mixto Pera	Cake de banano Maduro con queso	Tortilla de huevo Ensalada de frutas	Yogurt de durazno / cereal Empanada de pollo	Avena con maracuyá caliente Cake de naranja		
12 LUNES	13 MARTES	14 MIÉRCOLES	15 JUEVES	16 VIERNES		
Sopa de fideo ángel con queso Seco de pollo / Arroz amarillo / Maduro frito	Consomé de pollo Lomo apanado / Arroz blanco / Puré de papa	Crema de Espinaca con canguil Chuleta BBQ / Arroz blanco / Papa chaucha / Salsa de queso	Sopa de lenteja con carne Enrollado de atún / Arroz blanco / Aguacate	Sopa de menestrón de chancho Pescado / Arroz blanco / Menestra de lenteja		
Salad Bar / Te flor de jamaica Pan botón (30gr) / Brazo gitano de manjar	Salad Bar / Jugo de mora Pan botón (30gr) / Mandarina	Salad Bar / Jugo de naranjilla Pan botón (30gr) / Rollos de canela	Salad Bar / Jugo de tomate de árbol Pan botón (30gr) / Cheesecake de maracuyá	Salad Bar / Jugo de limón Pan botón (30gr) / Melón		
Sánduche de jamón y queso Manzana	Empanadas de viento Torta de 3 leches	Dedito de queso Guineo	Gelatina con frutas Pizza jamón queso	Avena quaker Pan de yuca		
19 LUNES	20 MARTES	21 MIÉRCOLES	22 JUEVES	23 VIERNES		
Crema de zapallo Pollo a la Coca-Cola / Arroz blanco / Fideo con jamón	Sopa de carne con legumbres Ensalada de atún con papa / Arroz blanco / Maduro frito	Sopa de pollo con quinua Lomo salteado / Arroz blanco / Papas francesas / Huevo frito	Caldo de pata Pollo al horno / Arroz blanco / Menestra de lenteja	Locro de papa y queso Chuleta en salsa de champiñones / Arroz con choclo		
Salad Bar / Jugo de maracuyá Pan botón (30gr) / Flan	Salad Bar / Jugo de tomate de árbol Pan botón (30gr) / Sandía	Salad Bar / Jugo de mora Pan botón (30gr) / Torta de coco	Salad Bar / Jugo de naranja Pan botón (30gr) / Cake de naranja	Salad Bar / Jugo de sandía Pan botón (30gr) / Brownie		
Tapioca de durazno Mandarina	Pastel de pollo Deditos de queso	Omelette con jamón Fresas con crema	Yogurt de fresa + cereal Hot dog de pollo	Mini bolón de queso Sánduche de atún con pan molde		
26 LUNES	27 MARTES	28 MIÉRCOLES	29 JUEVES	30 VIERNES		
Crema de legumbres con canguil Pollo a la plancha / Arroz blanco / Puré de papa	Aguado de pollo Encocado de pescado / Arroz blanco / Chifles / Aguacate	Sopa de lenteja con queso Estofado de carne / Arroz amarillo / Maduro frito	Chupe de pescado Fritada Mote pillo / Aguacate	Sopa de torreja con carne Pollo brosterizado / Arroz blanco / Menestra de lenteja		
Salad Bar / Jugo de limón Pan botón (30gr) / Alfajor de manjar	Salad Bar / Jugo de tomate de árbol Pan botón (30gr) / Melón	Salad Bar / Jugo de flor de jamaica Pan botón (30gr) / Muffin de manzana y nuez	Salad Bar / Jugo de naranja Pan botón(30gr) / Guineo	Salad Bar / Jugo de naranjilla Pan botón (30gr) / Tiramisú		
Maduro con queso Sandía	Avena con maracuyá caliente Hamburguesa de pollo	Pan de yuca Submarino	Tortilla de huevo Cake de vainilla con chispas de chocolate	Gelatina con frutas Manzana		