



**SCHOOL & BUSINESS  
FOOD**

**SEMANA 1**

# LUNES

Sopa de consomé.

Arroz blanco.

Espaguetis boloñesa o  
chuleta de pollo.

Pan francés o chips de  
plátano.

Barra de ensaladas.

Jugo natural.



# MARTES

Sopa de vegetales.

Arroz blanco.

Lasaña de carne o pollo a la  
naranja.

Pan francés o chips de yuca.

Barra de ensaladas.

Jugo natural.



# MIÉRCOLES

Sopa de conchitas.

Arroz blanco.

Cordón blue o carne a la plancha con chimichurri.

Tortica de zanahoria.

Barra de ensaladas.

Jugo natural.



# JUEVES

Sopa de maicitos.

Arroz blanco.

Pasta napolitana con albóndigas  
o pollo al horno BBQ.

Pan francés o chips de papas.

Barra de ensaladas.

Jugo natural.



**SCHOOL & BUSINESS  
FOOD**



# VIERNES

Frijoles.

Arroz blanco.

Carné molida o pollo a la plancha.

Arepas redondas fritas.

Barra de ensaladas.

Agua de panela con limón.



**SCHOOL & BUSINESS  
FOOD**



# LONCHERA SALUDABLE

**LUNES** ○-----○

Waffle, queso tajado, jamón, miel, fruta y jugo natural.

**MARTES** ○-----○

Wrap de pollo (tortilla), pollo apanado, queso tajado, fruta y jugo natural.

**MIÉRCOLES** ○-----○

Pandebono, fruta y jugo natural.

**JUEVES** ○-----○

Pan brioche, jamón, huevo, fruta y jugo natural.

**VIERNES** ○-----○

Pan brioche, carne hamburguesa, queso tajado, fruta y jugo natural.

