



**SEK**  
AUSTRAL  
INTERNATIONAL SCHOOL

# MENÚ

## Servicio de comedor

ABRIL 2026



# Abril

		01 MIÉRCOLES	02 JUEVES	03 VIERNES
		ZANAHORIA, SALPICÓN DE HUEVO, CEVICHE DE		
		CROQUETA DE SALMÓN CON FUSILLI		
		STROGONOFF DE VACUNO CON ARROZ ZANAHORIA		
		JALEA, SÉMOLA CON LECHE, FRUTA NATURAL		
06 LUNES	07 MARTES	08 MIÉRCOLES	09 JUEVES	10 VIERNES
LECHUGA, TOMATE, PALTA	PEPINO, LECHUGA, ESPINACA, TOMATE	ZANAHORIA, MIX DE HOJAS, TABULÉ DE LENTEJAS, APIO	TOMATE, LECHUGA, BRÓCOLI, ENS CHILENA	BETARRAGA, ENS CÉSAR, ESPINACA
HAMBURGUESA CON PAPAS TIPO FRITA	CROQUETA DE SALMÓN CON QUINOA	POLLO CON CUSCÚS	POROTOS CON MAZAMORRA	SALSA BOLOÑESA CON ESPIRALES
HAMBURGUESA CON PAPAS TIPO FRITA	CURRY DE GARBANZOS CON ARROZ AL CILANTRO	CERDO BRASEADO CON DOBLE QUÍFARO	VACUNO ASADO CON PURÉ	AJÍ DE GALLINA CON ARROZ PILAF
FRUTA NATURAL	JALEA, FRUTA NATURAL	JALEA, ARROZ CON LECHE, FRUTA NATURAL	JALEA, MACEDONIA, FRUTA NATURAL	JALEA, COMPOTA DE FRUTAS, FRUTA NATURAL
13 LUNES	14 MARTES	15 MIÉRCOLES	16 JUEVES	17 VIERNES
LECHUGA, MIX DE HOJAS, ZANAHORIA, APIO	TOMATE, LECHUGA, ESPINACA, TOMATE	LECHUGA, TABULÉ DE GARBANZOS, TOMATE	TOMATE, LECHUGA, ENS. CHILENA, ZANAHORIA	ZANAHORIA, LECHUGA, QUINOAMOLE, RÚCULA
VARITAS DE MERLUZA CON ARROZ PIMENTON	LENTEJAS CON QUINOA	BUDÍN DE ATÚN CON CUSCÚS	CHAPSUI DE POLLO CON ARROZ CHAUFÁN	SALSA ALFREDO CON SPAGUETTI
ESTOFADO DE VACUNO	PECHUGA DE POLLO A LA MOSTAZA	TORTILLA ESPAÑOLA	POROTOS CON RIENDAS	AJIACO
FRUTA NATURAL	JALEA, JALEA CON MERENGUE, FRUTA NATURAL	JALEA, LECHE ASADA, FRUTA NATURAL	JALEA, TUTTI FRUTTI, FRUTA NATURAL	JALEA, HELADO, FRUTA NATURAL
20 LUNES	21 MARTES	22 MIÉRCOLES	23 JUEVES	24 VIERNES
LECHUGA, PEPINO, ZANAHORIA	TOMATE, LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA	LECHUGA, CEVICHE DE POROTO NEGRO, REPOLLO MORADO	PEPINO/TOMATE, LECHUGA, TOMATE, ESPINACA	LECHUGA, PEPINO, REPOLLO BLANCO
POLLO CON CUSCÚS	POROTOS CON PILCO	BOCADITOS DE MERLUZA CON CHOCLO A LA MANTEQUILLA	SALSA BOLOÑESA SPAGUETTI	LENTEJAS CON QUINOA
ESTOFADO DE CERDO	STROGONOFF DE VACUNO CON PAPAS DORADAS	PANTRUCAS	CURRY DE GARBANZOS CON ARROZ PILAF	TRUTRO A LA MOSTAZA CON CHOCLO A LA CREMA
FRUTA NATURAL	JALEA, JALEA CON FRUTA, FRUTA NATURAL	JALEA, ARROZ CON LECHE, FRUTA NATURAL	JALEA, TUTTI FRUTTI, FRUTA NATURAL	JALEA ,COMPOTA DE FRUTA, FRUTA NATURAL
27 LUNES	28 MARTES	29 MIÉRCOLES	30 JUEVES	
LECHUGA/APIO, LECHUGA, APIO-ZANAHORIA, ESPINACA	LECHUGA MIX DE HOJAS TOMATE CEVICHE DE	TOMATE, LECHUGA ,TABULÉ DE LENTEJAS	LECHUGA, PEPINO, QUINOAMOLE	
AJIACO	POROTOS CON MAZAMORRA	BOLOÑESA CON FIDEOS	POLLO AL JUGO CON CUSCÚS	
PECHUGA DE POLLO A LA MOSTAZA CON ARROZ PILAF	CERDO BRASEADO CON PURÉ	HUMITAS	GARBANZOS GUIADOS	
FRUTA NATURAL	JALEA BICOLOR, FRUTA NATURAL	JALEA, COLEGIAL, FRUTA NATURAL	JALEA ,TUTTI FRUTTI, FRUTA NATURAL	

