



**SEK**  
AUSTRAL  
INTERNATIONAL SCHOOL

# MENÚ

## Servicio de comedor

MAYO 2026



# Mayo

				01 VIERNES					
04 LUNES		05 MARTES		06 MIÉRCOLES		07 JUEVES		08 VIERNES	
LECHUGA, TOMATE, ESPINACA		LECHUGA PEPINO BETARRAGA		ZANAHORIA, LECHUGA, CEVICHE DE POROTO NEGRO		TOMATE, LECHUGA, PEPINO, CHILENA		LECHUGA, ESPINACA, QUÍNOAMOLE	
POLLO CON ARROZ PILAF		PESCADO CON FIDEOS		VACUNO MECHADO CON PAPAS AL CILANTRO		GARBANZOS GUIADOS		SALSA BOLOÑESA CON SPAGUETTI	
LOMO DE CERDO CON RATATOUILLE		LENTEJAS CON QUÍNOA		POLLO A LA PLANCHA CON CUSCÚS		CROQUETA DE PESCADO CASERA CON ARROZ SOL		CHULETA BBQ CON PAPAS RÚSTICAS	
JALEA, TUTTI FRUTTI, FRUTA NATURAL		JALEA, FRUTA NATURAL		JALEA, SÉMOLA CON LECHE, FRUTA NATURAL		JALEA, TUTTI FRUTTI, FRUTA NATURAL		JALEA, TORTA DE YOGURT, FRUTA NATURAL	
11 LUNES		12 MARTES		13 MIÉRCOLES		14 JUEVES		15 VIERNES	
LECHUGA, ZANAHORIA, BETARRAGA		TOMATE, LECHUGA, ESPINACA QUESILLO		LECHUGA/APIO, MIX DE HOJAS, TABULÉ DE GARBANZOS, APIO		PEPINO, LECHUGA, BRÓCOLI		APIO/ZANAHORIA, ENS CÉSAR, ESPINACA	
POLLO CON ARROZ		GUISO DE ZAPALLO ITALIANO CON PAPAS TIPO FRITAS		SALMÓN AL JUGO CON CHOCLO A LA MANTEQUILLA		LENTEJAS NEVADAS		VACUNO ASADO CON PAPAS LYONESAS	
COMPLETOS 2		POROTOS CON RIENDAS		CHULETA DE CERDO CON RISOTTO		TRUTRO DE POLLO A LA MOSTAZA CON CUSCÚS		REINETA A LA MANTEQUILLA CON ARROZ ZANAHORIA	
JALEA, TUTTI FRUTTI, FRUTA NATURAL		JALEA, JALEA BICOLOR, FRUTA NATURAL		JALEA, ARROZ CON LECHE, FRUTA NATURAL		JALEA, MACEDONIA, FRUTA NATURAL		JALEA, LECHE ASADA, FRUTA NATURAL	
18 LUNES		19 MARTES		20 MIÉRCOLES		21 JUEVES		22 VIERNES	
LECHUGA, ZANAHORIA, APIO		BETARRAGA LECHUGA TOMATE		LECHUGA PEPINO BRETONA				LECHUGA, ENS COLESLOW, PEPINO	
POLLO CON CUSCÚS		PESCADO CON PURÉ		VACUNO CON FIDEOS				POLLO CON PAPAS	
CARBONADA DE VACUNO		CURRY DE GARBANZOS CON ARROZ		CERDO BRASEADO CON RATATOUILLE				ALBÓNDIGAS AL JUGO CON FIDEOS	
JALEA, TUTTI FRUTTI, FRUTA NATURAL		JALEA, JALEA CON MEREGUE, FRUTA NATURAL		JALEA, COLEGIAL, FRUTA NATURAL				JALEA, MEREGÓN, FRUTA NATURAL	
25 LUNES		26 MARTES		27 MIÉRCOLES		28 JUEVES		29 VIERNES	
LECHUGA, PEPINO, APIO		LECHUGA, BRÓCOLI, ZANAHORIA		LECHUGA REPOLLO MORADO CEVICHE DE POROTOS NEGROS		LECHUGA, TOMATE, ESPINACA		LECHUGA, QUÍNOAMOLE, REPOLLO BLANCO	
BOLOÑESA CON SPAGUETTI		GRATÍN DE POLLO		PESCADO CON CUSCÚS		LENTEJAS CON QUÍNOA		FIDEOS CON SALSA	
PULPA DE CERDO CON FRICASSE		ARROZ PILAF		JULIANA DE CERDO CON SPAGUETTI ORIENTAL		BUDÍN DE ATÚN CON ARROZ PERLA		RAGOUT DE VACUNO CON PAPAS TIPO FRITAS	
JALEA, TUTTI FRUTTI, FRUTA NATURAL		JALEA, JALEA CON CREMA, FRUTA NATURAL		JALEA, FLAN CON SALSA, FRUTA NATURAL		JALEA, TUTTI FRUTTI, FRUTA NATURAL		JALEA, QUEQUE DE ZANAHORIA, FRUTA NATURAL	