

COLEGIO GREENHOUSE

MENÚ JUNIO 2026

ALIMENTARSE
- ES COOL -

| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p> Betarraga cubo Lechuga Escarola Mix Aleman (Repollo Bco. y Perejil) Repollo</p> <p> Crema de Champiñones</p> <p> Pechuga de Pollo al Orégano Soufflé de Abón</p> <p> Verduras al Vapor Arroz a la Jardine</p> <p> Bavarois de Durazno Fruta Natural Jalea de Frambuesa Yogurt con Cereales</p> <p>01</p> | <p> Cebolla con Cilantro Lechuga Escarola Porotos Verdes Tomate</p> <p> Sopa Natural de Pollo con Sémola</p> <p> Carbonada pulpa de Cerdo al Romero</p> <p> Mostaccioli</p> <p> Torta de Chocolate Manjar Fruta Natural Jalea de Frutilla Mousse de Frambuesa</p> <p>02</p> | <p> Pasra tricolor Lechuga Escarola Repollo Morado Zapallo Italiano</p> <p> Crema de Zanahoria</p> <p> Quiche de Champiñones Salsa Blanca con Pollo</p> <p> Arroz Graneado</p> <p> Fruta Natural Jalea de Naranja Kuchen de Plátano Ciruela con Mote</p> <p>03</p> | <p> Betarraga Rallada Lechuga Escarola Brócoli Cochayuyo</p> <p> Sopa Natural de Pastinas con Huevo</p> <p> Lasaña de Verduras Arvejas Guisadas</p> <p> Huevos lluvia</p> <p> Flan de Caramelo Fruta Natural Jalea de Frutilla Puré de Manzana</p> <p>04</p> | <p> Lechuga Escarola Mix de Repollo Pebre Mote Zanahoria Rallada</p> <p> Crema de Pollo</p> <p> Asado de Vacuno Pizza Napolitana</p> <p> Pure de papas</p> <p> Compota de Manzana Fruta Natural Jalea de Melón Leche Nevada</p> <p>05</p> |
| <p> Betarraga Cubo Lechuga Escarola Repollo Arvejas</p> <p> Sopa de Caracolis</p> <p> Pollo al Jugo Veritas de Merluza</p> <p> Arroz con Zanahoria VERDUAS AL Wok Fruta Natural</p> <p> Jalea de Frutilla Natilla de Vainilla y Coco Yogurt de Berris y Avena</p> <p>08</p> | <p> Apio Lechuga Escarola Pebre Mote Tomate</p> <p> Crema de Espárragos</p> <p> Pupa de Cerdo Porotos a la Chilena</p> <p> Huevo Lluvia Puré de Papas</p> <p> Fruta Natural Jalea de Limón Macedonia Suspiro Limeño</p> <p>09</p> | <p> Lechuga Escarola Repollo Morado Zanahoria Rallada Porotos Verdes</p> <p> Sopa de Carne con Sémola</p> <p> Asado Aleman Stroganoff de Pollo</p> <p> Salteado Americano Talleres</p> <p> Fruta Natural Jalea de Frutilla Mousse de Frambuesa Casero Queque de Chocolate</p> <p>10</p> | <p> Betarraga Rallada Lechuga Escarola Pepino Primavera</p> <p> Crema de Choclo</p> <p> Carne Mongoliana Omelett de Queso y Verduras</p> <p> Verduras Saleadas al Oliva Arroz Graneado</p> <p> Compota de Ciruela con Mote Fruta Natural Jalea de Naranja Maicena con Leche y salsa</p> <p>11</p> | <p> Cebolla Escabeche Lechuga Escarola Mix de Repollo Zanahoria Cubo</p> <p> Sopa de Carne con Arroz</p> <p> Fajitas de Pollo Croquetas de Pollo</p> <p> Espirales</p> <p> Fruta Natural Jalea de Cereza Compota de Pera Sémola con Leche</p> <p>12</p> |
| <p> Apio Betarraga Cocida Repollo Lechuga Escarola</p> <p> Crema de Verduras</p> <p> Carbonada de Pollo Salsa Alfredo</p> <p> Spaghetti</p> <p> Fruta Natural Jalea de frutilla Yogurt con Cereal Mousse de Coco</p> <p>15</p> | <p> Lechuga Escarola Pebre Mote Tomate Zapallo Italiano</p> <p> Sopa Natural Pastina con Pollo</p> <p> Canelones Florentino y Champiñón Pulpa de Cerdo Asada</p> <p> Arroz al Cilantro</p> <p> Fruta Natural Jalea de Papaya Bavaroise de Naranja Queque de Yogurt</p> <p>16</p> | <p> Lechuga Escarola Repollo Morado Porotos Negros con Cebolla Zanahoria Rallada</p> <p> Crema a las Finas Hierbas</p> <p> Albóndigas de Vacuno Carne Juliana a la Primavera</p> <p> Puré de Papas Bouquetier de Verduras</p> <p> Fruta Natural Jalea de Limón Natilla de Pie de Limón Rollo de Canela (Biscocho)</p> <p>17</p> | <p> Cochayuyo Lechuga Escarola Apio Brócoli</p> <p> Sopa de Carne con Verduras</p> <p> Garbanzo con Mote Pechuga de Pollo al Jugo</p> <p> Arroz Graneado Huevos Pochados</p> <p> Bavaroise de Chocolate y coco Fruta de Estación Jalea de Cereza Leche Asada</p> <p>18</p> | <p> Lechuga Escarola Betarraga Rallada con Sesmo Pepino Verdura China</p> <p> Crema de Zapallo</p> <p> Croqueta de Salmon Escalopa Casera de Vacuno</p> <p> Códigos Panache de Verduras</p> <p> Macedonia Fruta Natural Jalea Durazno Maicena con Salsa</p> <p>19</p> |
| <p> Apio Cebolla Pluma Lechuga Escarola Repollo Morado</p> <p> Sopa de Pollo con Verdura y huevo</p> <p> Pechuga de Ave al Eneldo Salsa Bolognesa</p> <p> Quiferos Ratatouille</p> <p> Fruta Natural Jalea Durazno Bavaroise de Naranja Yogurt con Cereales</p> <p>22</p> | <p> Betarraga Cubo Lechuga Escarola Habas Zanahoria Rallada</p> <p> Crema de Choclo</p> <p> Croqueta de Jurel Ragout de Pollo</p> <p> Arroz al Curry Puré de papas</p> <p> Fruta Natural Jalea de Naranja Brazo de Reina Mousse de Vainilla</p> <p>23</p> | <p> Lechuga Escarola Mix de Repollo Arvejas Cochayuyo en salsa Verde</p> <p> Sopa Natural de Carne con Arroz</p> <p> Dados de Carne al Jugo Vegano Lentejas Estofadas</p> <p> Huevo Duro Lluvia Mostaccioli al Pomodoro</p> <p> Fruta Natural Jalea de Frutilla Natilla de Manjar y Coco Queque Marmol</p> <p>24</p> | <p> Lechuga Escarola Choclo Apio Zanahoria Rallada</p> <p> Crema de Tomate</p> <p> Varitas de Merluza Pulpa de Cerdo a la Miel</p> <p> Arroz Graneado Chapsul de Verduras</p> <p> Fruta Natural Jalea de Frutilla Natilla de Manjar y Coco Queque Marmol</p> <p>25</p> | <p> Lechuga Escarola Ensalada Mix Porotos Negro en Salsa Verde Tomate</p> <p> Sopa Natural de Verdura y Sémola</p> <p> Escalopa Jamón Queso Ravioles de Verdura salsa Champiñón</p> <p> Puré de Papas</p> <p> Fruta Natural Jalea de Papaya Flan de Vainilla Bavaroise de Limón</p> <p>26</p> |
| <p> Porotos Verdes Cebolla Cilantro Lechuga Escarola Tomate</p> <p> Sopa de Pollo con Sémola</p> <p> Carbonada Pulpa de Cerdo al Romero</p> <p> Mostaccioli</p> <p> Fruta Natural Jalea de Frutilla Torta de Chocolate manjar Mousse de Frambuesa</p> <p>30</p> | | | | |

TIP DEL MES

Cada preparación está pensada para aportar energía y nutrientes que tu cuerpo necesita durante la jornada escolar.
Mientras más variedad consumes a lo largo de la semana, mejor te sientes y mejor rindes.