

MENU CAFETERIA COLEGIO AMERICANO

MES DE MARZO 2010



DESAYUNOS

lunes, 01 marzo 2010	martes, 02 marzo 2010	miércoles, 03 marzo 2010	jueves, 04 marzo 2010	viernes, 05 marzo 2010
Torta de Huevo con Puerro	Huevos al albañil	Huevos Motuleños	Huevos Charros	Huevos Benedictinos
Frijol Volteado	Frijol Colorado con chorizo	Frijol Negro a la ranchera	Frijol refrito	Frijoles Volteados
Tostadas a la francesa	Fruta Mixta	Panqueques	Plátanos fritos	Fruta Mixta
Queso o crema	Queso o crema	Queso o crema	Queso o crema	Queso o crema
Atol, Cafè o jugo de fruta	Atol, Cafè o jugo de fruta	Atol, Cafè o jugo de fruta	Atol, Cafè o jugo de fruta	Atol, Cafè o jugo de fruta
Atol Blanco	Atol de Elote	Arroz con leche	Chocolate	Atolillo
Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas
lunes, 08 marzo 2010	martes, 09 marzo 2010	miércoles, 10 marzo 2010	jueves, 11 marzo 2010	viernes, 12 marzo 2010
Omelet de Queso	Desayuno Finquero	Huevos Poche	Desayuno Ligth	Huevos Revueltos con cebollin
Frijoles volteados		Frijol Volteado		Frijol Colado negro
Panqueques		Fruta Mixta		Plátanos fritos
Queso o crema		Queso o crema		Queso o crema
Atol, Cafè o jugo de fruta	Atol, Cafè o jugo de fruta	Atol, Cafè o jugo de fruta	Atol, Cafè o jugo de fruta	Atol, Cafè o jugo de fruta
Atol Dulce	Corazón de Trigo	Pinol	Avena	Plátano
Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas
lunes, 15 marzo 2010	martes, 16 marzo 2010	miércoles, 17 marzo 2010	jueves, 18 marzo 2010	viernes, 19 marzo 2010
Huevos Estrellados	Tortilla de huevos con arveja	Desayuno Americano	Omelet con salchicha	Sarten de Huevos
Frijol negro a la crema	Frijol Colorado con chorizo		Frijol Volteado	
Buñuelos con miel	Plátanos fritos		Plátanos cocidos	
Queso o crema	Queso o crema		Queso o crema	
Atol, Cafè o jugo de fruta	Atol, Cafè o jugo de fruta	Atol, Cafè o jugo de fruta	Atol, Cafè o jugo de fruta	Atol, Cafè o jugo de fruta
Arroz en leche	Haba	Atol de Maizcena	Chocolate	Atol de Plátano
Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas
lunes, 22 marzo 2010	martes, 23 marzo 2010	miércoles, 24 marzo 2010	jueves, 25 marzo 2010	viernes, 26 marzo 2010
Desayuno de Waffles	Huevos Benedictinos	Huevos revueltos con chorizo	Torta de Huevo con Puerro	Desayuno de Muffin
	Frijoles Charros	Frijoles refritos	Frijol Negro a la ranchera	
	Fruta	Plátanos Fritos	Plátanos en gloria	
	Queso o crema	Queso o crema	Queso o crema	
Atol, Cafè o jugo de fruta	Atol, Cafè o jugo de fruta	Atol, Cafè o jugo de fruta	Atol, Cafè o jugo de fruta	Atol, Cafè o jugo de fruta
Mosh	Avena	Corazón de trigo	Atol Blanco	Atol de Elote
Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas

lunes, 29 marzo 2010	martes, 30 marzo 2010	miércoles, 31 marzo 2010
FERIADO DE SEMANA SANTA		

Desayuno Sarten de Huevo Fondo de papa, con champiñones, cebolla, chile pimiento, salchicha, tocino o jamón encima lleva huevo revuelto bañados con queso spread

Desayuno Americano Panqueque, Huevo revuelto con miel y salchicha de desayuno

Desayuno Muffin Muffin con huevo, queso kraft, torta de jamon o salchicha, Acompañado de Hasbrown

La fruta esta sujeta a cambios según la temporada.

PRODUCTO NUEVO

REFACCIONES

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
	EN LA MAÑANA	EN LA MAÑANA	EN LA MAÑANA	EN LA MAÑANA	EN LA MAÑANA
Opciones saludables	Fruta en cuadritos	Fruta en cuadritos	Fruta en cuadritos	Fruta en cuadritos	Fruta en cuadritos
	Fruta Entera (Manzana,pera,banano)	Fruta Entera (Manzana,pera,banano)	Fruta Entera (Manzana,pera,banano)	Fruta Entera (Manzana,pera,banano)	Fruta Entera (Manzana,pera,banano)
	Mango con pepita y sal	Mango con pepita y sal	Mango con pepita y sal	Mango con pepita y sal	Mango con pepita y sal
	Vaso de yogurth	Vaso de yogurth	Vaso de yogurth	Vaso de yogurth	Vaso de yogurth
Antojitos chapines	Tacos	Tacos	Tacos	Tacos	Tacos
	Nachos con salsa y queso	Nachos con salsa y queso	Nachos con salsa y queso	Nachos con salsa y queso	Nachos con salsa y queso
	Tostadas de salsa, guacamol y frijol	Tostadas de salsa, guacamol y frijol	Tostadas de salsa, guacamol y frijol	Tostadas de salsa, guacamol y frijol	Tostadas de salsa, guacamol y frijol
	Chuchitos	Chiles Rellenos	Chuchitos	Chiles rellenos	Chuchitos
	Empanadas de Pollo		Empanadas de Pollo		Empanadas de Pollo
Sandwiches	Sándwich de Queso Crema	Sándwich con Jalea y mantequilla	Sándwich de Queso Crema	Sándwich con Jalea y mantequilla	Sándwich de Queso Crema
Antojitos mañaneros	Burritos de frijol y huevo	Esquites	Burritos de frijol y huevo	Esquites	Burritos de frijol y huevo
	Panqueques	Tostadas a la francesa		Tostadas a la francesa	Panqueques
	Crossaint	Crossaint	Crossaint	Crossaint	Crossaint
	Pan Dulce	Pan Dulce	Pan Dulce	Pan Dulce	Pan Dulce
Postres	Rellenitos	Pastelitos Variados	Rellenitos	Pastelitos Variados	Rellenitos
Opciones saludables					
	Fruta en cuadritos	Fruta en cuadritos	Fruta en cuadritos	Fruta en cuadritos	Fruta en cuadritos
	EN LA TARDE	EN LA TARDE	EN LA TARDE	EN LA TARDE	EN LA TARDE
Sandwiches	Derretidos	Derretidos	Derretidos	Derretidos	Derretidos
	Pan con Frijol	Pan con Frijol	Pan con Frijol	Pan con Frijol	Pan con Frijol
Antojitos chapines	Tostadas de salsa, guacamol y frijol	Tostadas de salsa, guacamol y frijol	Tostadas de salsa, guacamol y frijol	Tostadas de salsa, guacamol y frijol	Tostadas de salsa, guacamol y frijol
	Nachos con salsa y queso	Nachos con salsa y queso	Nachos con salsa y queso	Nachos con salsa y queso	Nachos con salsa y queso
Opciones saludables	Fruta en cuadritos	Fruta en cuadritos	Fruta en cuadritos	Fruta en cuadritos	Fruta en cuadritos
	Fruta Entera (Manzana,pera,banano)	Fruta Entera (Manzana,pera,banano)	Fruta Entera (Manzana,pera,banano)	Fruta Entera (Manzana,pera,banano)	Fruta Entera (Manzana,pera,banano)
	Vaso de yogurth	Vaso de yogurth	Vaso de yogurth	Vaso de yogurth	Vaso de yogurth
Postres	Platanos Fritos	Pastelitos Variados	Platanos fritos	Pastelitos Variados	Platanos fritos

Descripcion de refacciones

Esquites: Maiz Dulce acompañado con limòn, mayonesa y mantequilla

Sándwich Clàsico: Pan Chapata con huevo, jamòn y queso

Sándwich Mediterraneo: Pan Chapata con huevo, tocino, chile pimiento, cebolla y queso


Sándwich de queso crema: Pan de agua con queso crema condimentado con especias

ALMUERZOS

	lunes, 01 marzo 2010	martes, 02 marzo 2010	miércoles, 03 marzo 2010	jueves, 04 marzo 2010	viernes, 05 marzo 2010
Sopa	Caldo de Arvejas	Crema de Elote	Brocoli con tocino	Sopa de pollo con arroz	Sopa de papa con apazote
Ensalada	Pepino con aderezo	Guicoyitos en salsa blanca	Cesar	Espinaca y tomate	Ensalada de coliflor
Carne	Manita de res estilo oriental	Carne Mechada	Pollo Encebollado	Churrasco	Pollo en jocon
Guarnición	Fideos chinos	Arroz horneado	Purè de papas	Frijoles con totopos	Arroz amarillo
Postre	Piña en almibar	Fresas con miel	Fruta	Dulce de Papaya	Melòn
Postre	Crema de Limòn	Dulce de Camote	Torrijas	Tortas de Yuca	Pie de coco
Refresco 1	Papaya	Naranjada	Rosa de Jamaica	Fresa	Te frio
Refresco 2	Mora	Limonada Rosada	Melon	Horchata	Piña
OPCIONES					
Sopa	Tomate	Brocoli and cheese	Parmentier	Tortilla	Crema de papa y apio
Ensalada	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas
Favorito	Nachos Supreme	Pizza Hawaiana y de queso	Gringas	Giro de Pollo	Chalupas de pollo
Pasta	Pasta tricolor marinara	Tomato Basil Chicken pasta	Canelones de pollo	Lasaña de espicana con pollo	Macarrones Verdes con pollo
Sands	Hamburguesa de Pollo con aderezo	Sándwich al pesto	Cesar Sand	Sub de Roast Beef	Salami
Sands	Sándwich pechuga chipotle	Torta Mexicana	Sándwich de tres quesos	Mushroom Burger	Chipotle
	lunes, 08 marzo 2010	martes, 09 marzo 2010	miércoles, 10 marzo 2010	jueves, 11 marzo 2010	viernes, 12 marzo 2010
Sopa	Crema de Zanahoria	Caldo de Frijol	Pollo con Tortillitas	Crema de Esparragos	Sopa de pan
Ensalada	Berro con aguacate	Remolacha	Ensalada de Queso	Ensalada con papa y piña	Ensalada del Chef
Carne	Medallones de res en su jugo (rojo)	Pollo a la sureña	Milanesa de res	Pollo en salsa de tres chiles	Pescado al perejil
Guarnición	Espagueti a la crema	Arroz a la jardinera	Papas a la crema	Pure de zanahoria	Vegetales salteados
Postre	Mandarina	Melòn	Fruta Mixta	Zapote	Plato de frutas
Postre	Buñuelos	Platânos en mole	Shifòn de fresa	Crepas con salsa de Mora	Camote Caramelizado
Refresco 1	Carambola	Naranjada	Te frio	Manzana	Fresa
Refresco 2	Tamarindo	Rosa de Jamaica	Limonada	Mora	Horchata
OPCIONES					
Sopa	Azteca	Mexican	Crema de Esparragos	Beans and Bacon	Crema de Zanahoria
Ensalada	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas
Favorito	Empanadas Mexicanas de Pollo	Tacos Chinos	Churrasco Chapin	Tacos de pollo adobado	Alitas BBQ
Pasta	Lasaña a la boloñesa	Pasta Tricolor al pesto	Fetuccini a la carbonara	Pasta con tomate a la crema	Tortellini en salsa rosada
Sands	Sand de pechuga pollo al pesto	Turkey	Sándwich Mediterraneo	Pechugon	Sándwich Clásico
Sands	Sand Cesar	Sand de Pollo a la plancha	Sand de Mortadela	Bacon Burger	Torta Mexicana

	lunes, 15 marzo 2010	martes, 16 marzo 2010	miércoles, 17 marzo 2010	jueves, 18 marzo 2010	viernes, 19 marzo 2010
Sopa	Sopa de Berro	Cocido de res	Crema de lechuga	Sopa Minestrone	Crema de Pollo
Ensalada	Ejote con maiz dulce	Chojin	Berenjenas horneadas	Hawaiana	Ensalada de papa con hierbas
Carne	Pollo Horneado	Carne de res cocida	Chuletas en salsa de naranja	Pollo horneado con miel	Tortitas de res con salsa roja
Guarnición	Pasta al perejil	Arroz blanco/Verduras	Fetuccini a la crema	Pure de zanahoria	Guicoyitos guisados
Postre	Sandia	Piña	Melón	Banano horneado	Piña
Postre	Dulce de leche	Pie de limon	Dulce de Garbanzos	Pañuelitos con jalea	Chancletas de guisquil
Refresco 1	Naranjada	Rosa de Jamaica	Fresa	Papaya	Rosa de jamaica
Refresco 2	Limonada Rosada	Melon	Horchata	Mora	Horchata
			OPCIONES		
Sopa	Crema de Cilantro	Brocoli and cheese	Parmentier	Tortilla	Sopa de lentejas
Ensalada	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas
Favorito	Chicken Fingers	Chalupas Supreme	Croquetas de Pollo	Crepas Orientales	Churrasco Mixto
Pasta	Tomato Basil Chicken pasta	Canelones de pollo	Lasaña de espicana con pollo	Ravioli	Pasta en salsa de champiñones
Sands	Carreta de Shukos	Sándwich al pesto	Sand de Pierna	Sub de Roast Beef	Chicken Salad
Sands	Tres Quesos	Chorizo		Mexican	Tres quesos
	lunes, 22 marzo 2010	martes, 23 marzo 2010	miércoles, 24 marzo 2010	jueves, 25 marzo 2010	viernes, 26 marzo 2010
Sopa	Crema de Mariscos	Sopa de Albòndigas de carne	Caldo de res con tortillitas	Sopa de pollo con fideos y verdura	Pepian Negro
Ensalada	Ensalada De la Frontera	Berro con aguacate	Ensalada de Chiles Pimientos	Pepino con tomate y cebolla	Remolacha
Carne	Pescado a la orly	Pollo con champiñones	Enrolladitos de carne con tocino	Pollo en chicha	Pollo en pepian
Guarnición	Espinaca a la crema	Arroz con chorizo	Coditos con maiz dulce	Arroz Blanco	Arroz con arveja
Postre	Cóctel de frutas	Papaya	Fresas con kiwi	Fruta Mixta	Plato de frutas
Postre	Crepas con salsa de mora	Strudel de manjar	Dulce de Papa	Tamalitos de cambray	Mousse de mango
Refresco 1	Manzana	Fresa	Limonada	Melocoton	Tamarindo
Refresco 2	Mora	Naranjada	Melocoton	Manzana	Carambola
			OPCIONES		
Sopa	Crema de papa y puerros	Aztec	Mexican	Beans and Bacon	Beans and Bacon
Ensalada	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas
Favorito	Quesadillas	Mozarella Empanizado	Tacos Rancheros	Papas fritas Supreme	Plato de Carnitas
Pasta	Pasta al limón	Pasta con tomate a la crema	Tortellini en salsa rosada	Pasta al pesto	Pasta en salsa pomodoro
Sands	Pechugón	Sandwich de carne	Sándwich Clásico	Sand Cesar	Torito
Sands	Mushroom Burger	Sándwich Mediterraneo	Sub de Roast Beef	Vegetariano(berenjena, alfalfa y queso)	Sand de Pollo a la plancha

	lunes, 29 marzo 2010	martes, 30 marzo 2010	miércoles, 31 marzo 2010
Sopa			
Ensalada			
Carne			
Guarnición			
Postre			
Postre			
Refresco 1			
Refresco 2			
VACACIONES DE SEMANA SANTA			
Sopa			
Ensalada			
Favorito			
Pasta			
Sands			
Sands			

 Nuevos Patillos

 Platillo hecho con carne de cerdo