

NOMBRE:
GRADO:

MENÚ SEPTIEMBRE 2017



lunes, 04 de septiembre de 2017		martes, 05 de septiembre de 2017		miércoles, 06 de septiembre de 2017		jueves, 07 de septiembre de 2017	
1	Chuleta ahumada, arroz con guandú y vegetales mixtos al vapor.	4	Pollo horneado, papines con zanahoria salteados y plátanos hervidos.	7	Bistec picado con vegetales, puré de papas y habichuelas al vapor.	10	Pescado al vapor, arroz verde y ensalada de repollo con zanahoria.
2	Combo Soup and salad bar	5	Combo Soup and salad bar	8	Combo Soup and salad bar	11	Combo Soup and salad bar
3	Combo Soup and Sandwich	6	Combo Soup and Sandwich	9	Combo Soup and Sandwich	12	Combo Soup and Sandwich
lunes, 11 de septiembre de 2017		martes, 12 de septiembre de 2017		miércoles, 13 de septiembre de 2017		jueves, 14 de septiembre de 2017	
13	Tiritas de pollo salteadas sobre tortillas blandas, pico de gallo y guacamole.	16	Arroz con pollo, empanaditas y ensalada de repollo con zanahoria.	19	Pernil horneado, arroz con zanahoria y brócoli al vapor.	22	Pescado con limón, arroz con maíz, tajadas.
14	Combo Soup and salad bar	17	Combo Soup and salad bar	20	Combo Soup and salad bar	23	Combo Soup and salad bar
15	Combo Soup and Sandwich	18	Combo Soup and Sandwich	21	Combo Soup and Sandwich	24	Combo Soup and Sandwich
lunes, 18 de septiembre de 2017		martes, 19 de septiembre de 2017		miércoles, 20 de septiembre de 2017		jueves, 21 de septiembre de 2017	
25	Sancocho con arroz blanco y plátano al vapor.	28	Lasagna gratinada de carne con pan de ajo y plátano en tentación.	31	Pechuga de pollo a la plancha, papines salteados y mazorca.	34	Espaguetis con salsa de pollo guisados y brócoli al vapor.
26	Combo Soup and salad bar	29	Combo Soup and salad bar	32	Combo Soup and salad bar	35	Combo Soup and salad bar
27	Combo Soup and Sandwich	30	Combo Soup and Sandwich	33	Combo Soup and Sandwich	36	Combo Soup and Sandwich
lunes, 25 de septiembre de 2017		martes, 26 de septiembre de 2017		miércoles, 27 de septiembre de 2017		jueves, 28 de septiembre de 2017	
37	Pollo al estilo Chow Mein (con fideos de arroz y vegetales), plátano hervido.	40	Fish and chips (Tiritas de pescado con chips de camote) y brócoli al vapor.	43	Carne desmechada, arroz, frijoles negros y tajadas.	46	Hamburguesa con chips de camote, lechuga y tomate (aparte).
38	Combo Soup and salad bar	41	Combo Soup and salad bar	44	Combo Soup and salad bar	47	Combo Soup and salad bar
39	Combo Soup and Sandwich	42	Combo Soup and Sandwich	45	Combo Soup and Sandwich	48	Combo Soup and Sandwich

Se ofrece a los estudiantes 3 opciones diarias para almorzar, de la siguiente manera:

1ra Opción: Comida completa y derecho a salad bar \$5.50.

2da Opción: Sopa del día y derecho a salad bar. \$4.50.

3ra Opción: Sopa del día y Sandwich al gusto. \$5.00 (favor llenar formulario de Sandwich al gusto)

Sopa de los Lunes: Lentejas con crotones de plátano.

Sopa de los Martes: Crema de brócoli con papa. (Sin leche).

Sopa de los Miércoles: Crema de papa. (Sin leche).

Sopa de los Jueves: Crema de tomate con tortilla de maíz. (Sin leche).

El pago tardío o solicitud de comida para el mismo día tiene un recargo de \$1.00.

Cheque a nombre de "El Colegio de Panamá, S.A."

Los pagos se realizan mediante: Efectivo, cheque, ACH o transferencia.

Enviar: e-mail de confirmación: eaglescorner@ecp.edu.pa

MARQUE CON UN GANCHO EL NÚMERO DE LA OPCIÓN SELECCIONADA.

