

menú

sekmexico.com

MENÚ

Servicio de comedor

INFANTIL

NOVIEMBRE 2026

comedor

SEK GUADALAJARA INTERNATIONAL SCHOOL

02 LUNES	03 MARTES	04 MIÉRCOLES	05 JUEVES	06 VIERNES
FERIADO	TACOS DE PIERNA CON TORTILLA DE MAIZ	HUEVO CON JAMON	SANDWICH INTEGRAL DE JAMON Y QUESO	QUESADILLAS
	SOPA DE LENTEJAS	SOPA DE CALABAZA	CONSOME DE RES	SOPA DE VERDURAS
	BIRRIA DE POLLO	CHULETAS EN SALSA ROJA	ALAMBRE DE CERDO	TORTA AHOGADA
	ARROZ ROJO	CODITOS AL PEREJIL	PAPAS PAPRIKA	TACOS DORADOS
	CARLOTA DE LIMON	MINI GALLETA DE CEREALES	MOUSSE DE CHOCOLATE	MINI BISQUET
	2 OPCIONES DE FRUTA O VERDURA DE TEMPORADA	2 OPCIONES DE FRUTA O VERDURA DE TEMPORADA	2 OPCIONES DE FRUTA O VERDURA DE TEMPORADA	2 OPCIONES DE FRUTA O VERDURA DE TEMPORADA
09 LUNES	**10 MARTES**	**11 MIÉRCOLES**	**12 JUEVES**	**13 VIERNES**
HUEVO CON JAMON	CHILAQUILES	SINCRONIZADAS	HUEVO REVUELTO	
SOPA DE VERDURAS	SOPA DE CONCHITAS	SOPA DE ELOTE	SOPA DE ESTRELLITAS	
FAJITAS DE POLLO CON MIX DE VERDURAS	CUBO DE CERDO CON PAPAS	POLLO A LA JARDINERA	RES A LA MEXICANA	
ARROZ ROJO	ARROZ PRIMAVERA	ESPAGUETTI CREMOSO	FRIJOLES DE LA OLLA	
ARROZ CON LECHE	BERLINAS	NIÑO ENVUELTO	BISQUET	
2 OPCIONES DE FRUTA O VERDURA DE TEMPORADA	2 OPCIONES DE FRUTA O VERDURA DE TEMPORADA	2 OPCIONES DE FRUTA O VERDURA DE TEMPORADA	2 OPCIONES DE FRUTA O VERDURA DE TEMPORADA	2 OPCIONES DE FRUTA O VERDURA DE TEMPORADA
16 LUNES	**17 MARTES**	**18 MIÉRCOLES**	**19 JUEVES**	**20 VIERNES**
FERIADO	ENFRIJOLADAS DE POLLO	MINI MOLLETE DE PIERNA	HUEVO CON JAMON	CHILAQUILES ROJOS
	SOPA DE FIDEOS	SOPA MINESTRONE	SOPA DE PAPA	SOPA DE CHAYOTE
	FAJITA DE POLLO A LA JARDINERA	FLAUTAS DE DESHEBRADA	FAJITAS DE RES CON CHICHAROS Y SALSA ROJA	POZOLE ROJO
	ARROZ FRITO	ARROZ BLANCO CON ELOTE	ESPAGUETTI A LA MANTEQUILLA	TACOS DORADOS
	GELATINA DE YOGURTH	PLATANOS CON CREMA	GALLETA DE CHISPAS	GELATINA DE FRUTAS
	2 OPCIONES DE FRUTA O VERDURA DE TEMPORADA	2 OPCIONES DE FRUTA O VERDURA DE TEMPORADA	2 OPCIONES DE FRUTA O VERDURA DE TEMPORADA	2 OPCIONES DE FRUTA O VERDURA DE TEMPORADA
23 LUNES	**24 MARTES**	**25 MIÉRCOLES**	**26 JUEVES**	**27 VIERNES**
TACOS DE FRIJOL CON QUESO	HUEVO REVUELTO	QUESADILLAS	OMELETTE DE HUEVO CON JAMON	CTE
SOPA VERDE	SOPA DE GARBANZO	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE ESTRELLA	
TEPANYAKI DE POLLO	PESCADO A LA PLANCHA CON AVENA	HAMBURGUESA DE RES	LOMO DE PIERNA ADOBADA	
ARROZ BLANCO CON VERDURAS	CODITOS EN SALSA ROJA	PAPAS PAPRIKA	ARROZ ROJO	
POLVORON SEVILLANO	MINI CONCHA	FLAN NAPOLITANO	GALLETA CON PUNTA DE FRESA	
2 OPCIONES DE FRUTA O VERDURA DE TEMPORADA	2 OPCIONES DE FRUTA O VERDURA DE TEMPORADA	2 OPCIONES DE FRUTA O VERDURA DE TEMPORADA	2 OPCIONES DE FRUTA O VERDURA DE TEMPORADA	
30 LUNES	**01 MARTES**	**02 MIÉRCOLES**	**03 JUEVES**	**04 VIERNES**
TACOS PLANCHADOS DE BISTEC	HUEVO REVUELTO	ENFRIJOLADAS DE POLLO	HOTCAKES	TORTITA DE HUEVO Y PAN
SOPA DE LETRAS	CONSOMÉ DE BARBACOA	CONSOME DE RES	CONSOMÉ MARGARITA	SOPA DE ELOTE
FAJITAS DE POLLO CON ZANAHORIAS	TACOS DE BARBACOA	PICADILLO RANCHERO	PESCADO EMPANIZADO	FAJITAS DE RES EN SALSA PASILLA
ARROZ ROJO	ARROZ ROJO	ARROZ CAMPECINO	TALLARIN ORIENTAL	ARROZ AL CILANTRO
CARLOTA DE LIMON	GALLETA DE AVENA	PAY DE QUESO	MINI DONAS	BIONICO
2 OPCIONES DE FRUTA O VERDURA DE TEMPORADA	2 OPCIONES DE FRUTA O VERDURA DE TEMPORADA	2 OPCIONES DE FRUTA O VERDURA DE TEMPORADA	2 OPCIONES DE FRUTA O VERDURA DE TEMPORADA	2 OPCIONES DE FRUTA O VERDURA DE TEMPORADA

Refrigerio | Comidas (sopas caldosas) | Comidas (guisados) | Guarniciones | Postres | Barra Fría