

COLEGIO LINCOLN LO
BARNECHEA
MENÚ JULIO 2026

ALIMENTARSE
- ES COOL -

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
      	      	 Pebre de Mote Mix Tradición Pepino  Sopa de Pollo con Sémola  Lomo de Cerdo al Jugo Pastel de Papas  Verduras al Wok  Pastel de Papas Vegetal  Día de Pasta  Ensalada con Atún  Fruta Cocida Jalea Light Mousse de Plátano Budin Colegial 01	 Cochayuyo Lechuga Escarola Zanahoria Rallada  Crema de Tomate  Pizza Napolitana Escalopa de Quesillo  Papas doradas  Pizza Vegetariana  Ensalada Salpicon Huevo  Macedonia Jalea Light Leche Nevada Tarta de Frutas 02	       03
       VACACIONES 06	       VACACIONES 07	       VACACIONES 08	       VACACIONES 09	       VACACIONES 10
       VACACIONES 13	       VACACIONES 14	       VACACIONES 15	       VACACIONES 16	       VACACIONES 17
       VACACIONES 20	       VACACIONES 21	       VACACIONES 22	       VACACIONES 23	       VACACIONES 24
 Cous Cous con Verduras Mix Hojas Tomate Pepino  Sopa de Pollo con Sémola  Omelette Jamón Queso Pechuga de Pollo al Jugo  Papas Doradas Panaché de Verduras  Omelette de Espárrago Queso  Ensalada Huevo Relleno  Macedonia Jalea Light Flan Individual Queque Zanahoria 27	 Apio Mix Tradición Repollo Morado  Crema de Champiñones  Lentejas a la Parmesana Cerdo Mongoliano  Arroz Chaufán  Escalopa de Quesillo  Tomate Relleno con Atún  Fruta Entera Jalea Light Leche Asada Kuchen de Manzana 28	 Zanahoria Rallada Lechuga Escarola Verduras Chinas  Sopa de Carne con Arroz  Salsa Boloñesa Merluza al Horno / Varitas de Merluza  Corbatitas Verduras Asadas  Hamburguesa Vegetal  Arma tu Hamburguesa  Ensalada China con Pollo  Fruta Cocida Jalea Light Panacota de Mango Eclair con Manjar 29	 Porotos Negros Mix Hojas Betarraga Rallada  Crema de Zapallo  Tacos Mixtos Pechuga de Pollo a la Plancha  Guacamole Papas Duquesa  Taco Vegetariano  Ensalada con Quiche  Macedonia Jalea Light Bavarois de Frambuesa Bizcocho de Limón 30	       31

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.