




# OCTOBER PROGRAMMING MENU 2018

WEEK 1

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY 5
		1	2	3	4	
 REFRIGERIO - SNACK AM	CEREAL	Pancake	Palitos de queso/cheese stick	Pan integral de la casa/homemade integral bread	Buñuelo	Pan de yuca
	LACTOSE	Chocolate con leche/chocolate with milk	Sorbete de mango/mango ice cream	milo caliente/hot chocolate	Queso campesino/ Cheese	café con leche/ coffee with milk
	FRUIT	melon/ melon		Cubos de Papaya/ Papaya cubes	Jugo de mandarina/tangerine juice	cascos de mandarina/tangerine halves
 ALMUERZO	SOUPS	Sopa de Arroz/ rice soup	Sopa de avena/oatmeal soup	Sopa de pasta/pasta soup	sancochito/meat stew	Ajiaco
	PROTEIN	piernas de Pollo con champiñones/ chicken drumsticks with mushrooms	Carne desmechada/shredded beef	brochetas de Carne/meat skewers	Salmon a la parmesana/Parmesan Salmon	Pollo/chicken
	OTRAS OPCIONES	Croquetas de carne y lenteja/Carne croquettes and lentils	Stuffed cucumber	Brocoli con bechamel/Broccoli with bechamel	Seitan de verduras / stirfried vegetables	Pasta bolañesa con vegetales/ Bolognese pasta with vegetable
	CEREAL	Arroz blanco/white rice	Arroz almendrado/almond rice	Arroz con vegetales/rice with vegetables	Arroz almendrado/almond rice	Arroz blanco/white rice
	GRAINS AND LEGUMES	Lentejas/lentil	Frijol Caraota/ black beans	Garbanzo/chickpea	Frijol blanquillo/white bean	Arveja/peas
	VEGETABLES	Apio hawaino/hawaiian celery salad	Remolacha mixta/ beetroot salad	Ensalada rusa/ Russian salad	Ensalada de cohombro/ sea cucumber salad	Aguacate/avocado
	SIDES	Bananos de la abuela/sweet bananas		Papa dorada/grilled potatoes	Papa a la francesa/ french fries	Mazorca/corn
	FRUIT	Papaya/Papaya	Cascos de naranja/ orange halves	Sandia /watermelon	Melon /Melon	uchuvas
	DESSERT	gomas	Crema de chocolate /chocolate cream	mashmelo/marshmallow	Barquillo/ wafer straw	
	ONCES - SNACK PM	CEREAL	torta de queso /cheese tart	fruna /chewable candy	pastel de Pollo/chicken pie	sandwich de jamon y queso/ Ham and cheese sandwich
LACTOSE		Gelatina conleche condensada/ jelly with condensed milk		Jugo nectar de mora/blackberry nectar juice	avena	Fresas con crema /strawberries with cream
FRUIT	Sorbete de mora/Blackberry Ice Cream		manzana/apple	Freson/strawberries	Durazno/Peach	

WEEK 3	TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY 19
			15	16	17	18	
REFRIGERIO - SNACK AM	CEREAL			Pan de chocolate/chocolate bread	Empanada de Carne	Repollas de Crema Pastelera/custard rolls	Pastel de Pollo/chicken pie
	LACTOSE		Kumis/yogurt	Cubos de queso/cheese cubes	Leche/milk	Milo caliente/hot chocolate	
	FRUIT		Papaya en Cubos/ Papaya cubes	Jugo de maracuya/passion fruit juice	Piña /pineapple	Melon en Cubos/ Melon chopped in cubes	
ALMUERZO	SOUPS		Crema de cebolla/cream of onion soup	Sopa de cuchuco de trigo/cuchuco wheat soup	Sopa de verduras/vegetable soup	Sopa de Arroz/rice soup	
	PROTEIN		Cerdo bbq/ BBQ pork	Nuggets de Pollo/chicken nuggets	Carne al bisteck/ beef steak	Pollo a la broaster/broasted chicken	
	OTRAS OPCIONES		vegetable and cheese skewer	Tomato Cherry Pita	Napolitan Guatila	Onion Rings	
	CEREAL		Arroz con vegetales/ rice with vegetables	Arroz verde/green rice	Arroz blanco/white rice	Arroz con mazorca / Rice with corn	
	GRAINS AND LEGUMES		Frijol blanquillo/ white bean	frijjol caraota/black bean	garbanzo/chickpea	Frijol cargamanto/great red bean	
	VEGETABLES		Sushi	Ensalada tropical / Tropical salad	Ceviche de mango / mango ceviche	Ensalada hawaina/hawaiian salad	
	SIDES		Platano al horno/ baked plantains	Papa chip / Potato chip	Tajadas / Sliced plantain	Papa a las finas hierbas/ herbed potato	
	FRUIT		Bananos/ bananas	Cascos de pera / Sliced pear	Melon	Sandia / WaterMelon	
	DESSERT		Barquillo piazza/ piazza wafer straw	Chocolatina/chocolate candy	Barrilete/chewable candy	kit kat	
	ONCES - SNACK PM		CEREAL		Wrap de jamon y queso/ham and cheese wrap	Sandwich de Pollo/chicken sandwich	Torta de queso/cheese tart
LACTOSE			Torta de naranja /orange tart	mini ponymalta	Jugo frutto mora/blackberry juice		
FRUIT			Sorbete de mango/ mango ice cream	Ciruela/plum	Manzana verde/green apple	Malteada de fresa/strawberry shake	



TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY 26	
		22	23	24	25		
REFRIGERIO - SNACK AM	CEREAL	Cereal	Arepa de Queso	Roscon / Donut	Pan de Yuca	Pancake	
	LACTOSE	Leche/yogurt	chocolate	sorebete de lulo/lulo ice cream	avena caliente/warm oatmeal	Cubos de queso/cheese cubes	
	FRUIT	fresas/strawberries	Manzana/apple	Papaya en Cubos/ Papaya cubes	cascos de mandarina/tangerine slices	Jugo de maracuya/passion fruit juice	
ALMUERZO	SOUPS	Sopa de cebada/barley soup	Sopa de arracacha/ arracacha soup	Sopa de mute/mute soup	Sopa de arveja /vetch soup	Sancocho / Meat stew	
	PROTEIN	Carne con Champiñones/beef with mushrooms	fricase de Pollo/chicken fricassee	Ropa vieja/ ropa vieja	Buffalo wings	Dedidos de pescado apanados / Breaded fish	
	OTRAS OPCIONES	Greek Eggplant	Vegetarian Steak	Mixed Chinese Rice	Falafels	Curried Vegetables	
	CEREAL	Arroz perejil / Parsley rice	Arroz con almendras/almond rice	Arroz blanco /white rice	Arroz tigre / Rice with noodles	Arroz con coco / Rice with coconut	
	GRAINS AND LEGUMES	Lenteja/lentil	Garbanzo / Chickpea	Frijol rojo / Red bean	Blanquillo / Whitefish	Frijol cabecita negra/black beans	
	VEGETABLES	Brocoli gratinado/gratin broccoli	Apio con coco/celery with coconut	Remolacha mixta / Beet salad	Tomate con albaça / Tomato and basil	Pepino cohombro /cucumber	
	SIDES	Torta de zanahoria/carrot tart	criollas al horno/baked breole potatos	deditos de yuca /cassava sticks	Bananos de la abuela/Sweet Bananas	Patacones / Fried plantiains	
	FRUIT	Papaya/Papaya	fresa/strawberry	uchuva	Sandia / WaterMelon	mango	
	DESSERT	chocobaby	frunamax	nucita	chocosplash	copelia	
	ONCES - SNACK PM	CEREAL	pie de Manzana/apple pie	almojabana	pan gloria/ sweet bread	Galletas integrales / wholemeal biscuits	Pastel hawiano/hawaiian cake
	LACTOSE		Leche/milk	yogurt	alpinito		
FRUIT	Jugo de maracuya/passion fruit juice	uvas /grapes	Durazno/peach	Ciruelas/plums	Jugo de mango / Mango juice		

WEEK 4

	TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	MONDAY	TUESDAY	FESTIVAL MEXICANO	WEDNESDAY
			29	30		31
REFRIGERIO - SNACK AM	CEREAL	Torta de frutos secos/ nut tart		Mini pizza	<b>PAN INTEGRAL/WHOLEMEAL BREAD</b>	
	LACTOSE				<b>CUBOS DE QUESO CAMPESINO/CHEESE CUBES</b>	
	FRUIT	Sorbete de maracuya/passion fruit ice cream		Jugo de mora/blackberry juice	<b>JUGO DE LULO /LULO JUICE</b>	
ALMUERZO	SOUPS	Frijolada/ bean stew		Crema de tomate/tomato cream		<b>SOPA CELOTES</b>
	PROTEIN	Carne molida, chicharron, huevo , chorizo/grinded meat, pork skin and eggs		Pollo, Carne molida, tocineta/chiken, grinded meat/bacon		<b>CARNE Y POLLO DESMECHADO</b>
	OTRAS OPCIONES	Carve Meatballs		Napolitan Guatila		<b>CORN AND MUSHROOM STUFFED TORTILLAS</b>
	CEREAL	Arroz blanco/white rice		Spaguetti a la bolañesa		<b>TORTILLAS</b>
	GRAINS AND LEGUMES	Frijol cargamanto/red beans		Green peas		<b>FRIJOL ROJO/READ BEAN</b>
	VEGETABLES	Coliflor gratinado/Grated cauliflower		Ensalada a la caprise/caprese salad		<b>GUACAMOLE</b>
	SIDES	miniarepa		pan bagguete/baguette bread		<b>NACHOS, QUESADILLAS</b>
	FRUIT	Mandarina/tangerine		durazno/peach		<b>SANDIA</b>
	DESSERT	chocosplash		fruna		<b>BROWNIE</b>
	ONCES - SNACK PM	CEREAL	Brownie			minicorazones hojaldrados / puff pastry mini hearts
LACTOSE		Leche /milk		yogurt	<b>JUGO</b>	
FRUIT		freson/strawberries		mango picado/ mangoes chopped into cube	<b>FRESAS</b>	

WEEK 5