



CARNAVAL

2019



COLEGIO
BILINGÜE
RICHMOND



RICHMOND
Preschool

MARZO

DISFRUTA LO QUE PREPARAREMOS PARA TI EN ESTE MES

MARCH PROGRAMMING MENU 2019

	TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
			4	5	6	7	8
REFRIGERIO - SNACK AM	CEREAL	Zucaritas	Pancake con Miel / Pancake with honey	Pan de Yuca/Cassava Bread	Pan de Chocolate/Chocolate Bread	Mini Pizza de Jamon Y Queso / Cheese and Ham Mini Pizza	
	LACTOSE	Kumis	Milo / Chocolate with Milk				
	FRUIT	Manzana / Apple	Mermelada de fresa y Moras / Strawberries and Blackberries Mermelade	Jugo de mandarina / mandarine juice	Jugo de Piña/Pineapple Juice	Jugo de Lulo/Lulo Juice	
ALMUERZO - LUNCH	SOUPS	sopa de verduras / Vegetable soup	Ajiaco	Sopa de Arroz/Rice Soup	Sopa de Cebada/Barley Soup	Frijolada/Beans Soup	
	PROTEIN	Carne con Chimichurry / Meat with chimichurry	Pechuga desmechada / Shredded breast	Piernitas de pollo / Chicken	Cerdo con Vegetales / Pork with Vegetables	Carne Molida,Huevo Frito,Chicharon y Chorizo / Grinded meat, Fried Egg, Pork Skin and Sausage	
	OTRAS OPCIONES	Ensalada de pasta / pasta salad	Pasta boloñesa de berenjenas / bolognaise egg plant	Quiche de vegetales / vegetable quiche	tacos al pastor / tacos	Soufle de vegetales / vegetables	
	CEREAL	Arroz con Vegetales / Rice with vegetables	Arroz Blanco / White rice	Arroz con almendra / rice with almonds	Arroz pajarito / Pajarito Rice	Arroz Blanco/White rice	
	GRAINS AND LEGUMES	Frijol Blanquillo / White bean	Arveja Verde / Green peas	Lentejas / Lentils	Garbanzos / Chickpea	Frijol Rojo / Red beans	
	VEGETABLES	Ensalda de Chombro y tomate / Sea cucumber and tomatoes	Aguacate / Avocado	Remolacha con Zanahorias / Beet and carrot	Repollo con Piña / Cabbage	Aguacate / Avocado	
	SIDES	Papa Salada/salted tomatoes	Papa / Potato	Torta de Mazorca/ corn Tart	Patacones/fried plantains	Tajadas Maduras/Ripe Plantain slices	
	FRUIT	Mango / Mango	Papaya/Papaya	Ciruelas/Plums	Guanabana / Soursop	Piña/Pineapple	
	DESSERT	Bocadillo	Quimbaya	Gelatina / Jelly	Mouse de chocolate / chocolate moose	Chocolatinas Jet / Jet Chocolate Candy	
	ONCES - SNACK PM	CEREAL	Mantecada / Tart	Donna/Donuts	Mini Gala	Galletas Minichips / Minichips cookies	Brownie de Chocolate / Chocolate Brownie
LACTOSE		Malteada de Chocolate/ Chocolate Milkshake	Leche saborizada / Flavored Milk	Jugo Nectar de Manzana / Apple Nectar Juice	yogurt	Helado de Vainilla/Vanilla Ice Cream	
FRUIT		Fresas/Strawberries	Manzana / Apple	Melon picado / Chopped Melon	Mandarina / tangerine	Manzana/Apple	

WEEK 1

	TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	 FRIDAY 15
			11	12	13	14	
REFRIGERIO - SNACK AM	CEREAL	Pan de Avenas Y Arandanos / Oatmeal bread	Pandebono	Palitos de queso / Cheese Stick	Pancake con Frutas / Pancake with fruits	Pan con nutella / Nutella on Bread	
	LACTOSE	Cuajada / Curd	Milo / Chocolate with Milk	Sorbete de Moras/Blackberry Ice cream	Jugo de Maracuya / Passion Fruit juice	Jugo de lulo en leche / lulo juice in milk	
	FRUIT	Jugo de mango / mango juice	Piña Picada / Chopped Pineapple	Papaya en Cubos / Papaya in Cubes	Melon/Melon	Uvas/grape	
ALMUERZO - LUNCH	SOUPS	Sopa de Mazorca / Cob Soup	Sopa de Arvejas / pea Soup	Sopa de Arracacha / Arracacha Soup	Sopa de Cuchuco de Trigo / Weath Cuchuco Soup	Sancocho	
	PROTEIN	Soufle de atun / tuna soufle	Pollo Jardinera con Vegetales / chicken with vegetables	Estofado de Res / beef	Chuletas Valluna / Valluna Chop	Carne en posta / beef in sauce	
	OTRAS OPCIONES	albondiga de carne / carne balls	Pincho de verdura / vegetables kebab	Hamburguesa de lentejas / lentil hamburger patty	Falafel	Pimenton relleno / stuffed pepper	
	CEREAL	Arroz Blanco/White Rice	Arroz Verde/green rice	Arroz tigre/tiger rice	Arroz con Zanahorias/Rice with Carrot	Arroz con coco / rice with coconut	
	GRAINS AND LEGUMES	Frijol Caraotas/Caraota Bean	Garbanzos/Chickpea	Lentejas / Lentils	Frijol Blanquillo / White Bean	Frijol cabecita negra / blackbeans	
	VEGETABLES	Tomate con Albhaca/Tomatoes with Basil	Brocoli Gratindo / Broiled Broccoli	Zukini con Ajonjoli / zucchini with sesame seeds	Ensalda de Aguacates / Avocado Salad	Ensalada Tropical / tropical salad	
	SIDES	Torta de Auyama/ pumpkin Tart	Tajadas Maduras / Fried Ripe Plantain	Papas Cascos / potatoe wedges	Platano al Horno / Baked Plantain	Carimañolas, Enyucado	
	FRUIT	Fresas/Strawberries	Piña Gold / Pinapple	Ciruelas / plums	Mango/Mango	Ciruela / Plum	
	DESSERT	Arroz con leche	Nucita Nuggets	Esponjado de maracuya / passionfruit cake	Fresas con chocolate / chocolate covered strawberries	Cocadas	
ONCES - SNACK PM	CEREAL	Galleta Waffer/Waffer's Cookies	fresas con crema / strawberries and cream	Muffi de frutas / fruit muffin	Chocoramo	Torta de queso / cheesecake	
	LACTOSE			Milo	Avena de Canela/ Cinnamon Oatmeal	Jugo de mora / Blackberry juice	
	FRUIT	Salpicon/Chopped Fruits	Mandarinas/Tangerines	fresas/Strawberries	Granadillas/Passion Fruit	sandia/ watermelon	



WEEK 2

	TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
			18	19	20	21	22
REFRIGERIO - SNACK AM	CEREAL	Chococrispi	Roscon de Arequipe/Arequipe ring-shaped cake	Empanda de Pollo Con Bechamel /Chicken Patties with Bechamel	Pastel Gloria/Sweet Bread	Almojabana	
	LACTOSE	Kumis	Chocolate		Milo / Chocolate with milk	queso/cheese	
	FRUIT	Ciruelas / Plums	Sandia Picada / Chopped Watermelon	Sorbete de Lulo / Lulo Ice Cream	Manzana / Apple	Aguadepanela	
ALMUERZO - LUNCH	SOUPS	Crema de Cebollas/Onion Cream Soup	Sopa de Platano/Plantain soup	Sopa de Cebada/Barley Soup	Sopa de Colicero/Colicero Soup	sopa de verduras / Vegetable soup	
	PROTEIN	Lagsanea mixta de Pollo y Carne/Meat and Chicken Lasagna	Carne Molida/Ground meat	Fricase de Pollo/Chicken Fricasse	Deditos de Pescado/Fish Strips	Cerdo BQQ /bbq pork	
	OTRAS OPCIONES	Sopa de albahaca y tomate	Ensalada Tailandesa / thai salad	Sushi de vegetales / vegetable sushi	fideos con esparrago / noodles with asparagus	Causa limeña / cottage pie	
	CEREAL	Arroz al perejil / Parsley rice	Arroz blanco/White Rice	Arroz Perejil / Parsley Rice	Arroz con Mani / Rice with Peanut	Arroz al pimenton / rice with paprika	
	GRAINS AND LEGUMES	Frijol Rojo/Red Bean	Lentejas / Lentils	Garbanzo/Chickpea	Arveja Verde/Green peas	Frijol Rojo/Red beans	
	VEGETABLES	Tomate Caprese/Tomato Caprese	Remolacha con Cebolla/Beet with onion	Apio con Coco/Celery with coconut	Cohombro con Tomate / Cucumber with tomato	Sukini / zucchini	
	SIDES	pan baguett / French Bread	Tajadas Maduras / Ripe plantain slices	Pure de Papas/Potato Puree	Platano al horno con Queso / Baked plantain with cheese	Torta de zanahoria / carrot cake	
	FRUIT	Mandarina/Tangerine	Naranja/Orange	Melon/melon	Coco/ Coconut	fresas / strawberries	
	DESSERT	fresas con chocolate/strawberries with chocolate	Cheesecake de limon	Brevas con arequipe /Brevas con arequipe	kisses	pudding / pudding	
	ONCES - SNACK PM	CEREAL	Galletas/Cookies	Torta de Naranja/Orange Tart	Ponky	Barquillo de Vanilla/Waffer Straw	Rollo de canela /cinamon rolls
LACTOSE		Mini Vaso de Helado / Mini Glass of Ice Cream	Malteada de mora / Blackberry Milkshake	Yogurt	Alpinito surtido / Sorted Alpinito	avena de fresa/ strawberry oatmeal	
FRUIT		Granadilla/Passion Fruit	Mandarina/ Tangerine	fresa/ Strawberry	Mango picado/Chopped Mango	pera/pear	

	TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	
			25	26	27	28	29	
WEEK 4	REFRIGERIO - SNACK AM	CEREAL		Pastel de Carne/meat pie	Palitos de queso/cheese sticks	Pancake con Frutas/pancake with fruits	Perro Caliente/hot dog	
		LACTOSE		Milo/Milo	Sorbete de Moras / Blackberry ice cream	Jugo de Maracuya / passion fruit juice	Jugo de Uva/grape juice	
		FRUIT		Piña Picada/chopped pineapple	Papaya Picada/chopped papaya	Melon/Melon	Manzana/apple	
	ALMUERZO - LUNCH	SOUPS		Sopa de Arvejas/vetch soup	Sopa de Arracaha/arracacha soup	Sopa de Cuchuco de Trigo/Cuchuco wheat soup	Sopas de Fideos/noodles soup	
		PROTEIN		Pollo a la Jardinera con Vegetales/chicken with vegetables	Estofado de Res/beef stew	Nuguet de pollo/chick	Pollo Desmechado/shredded chicken	
		OTRAS OPCIONES		Falafel con nueces / falafel with nuts	Croquetas de lenteja / lentil croquettes	Tomate relleno / stuffed tomatoes	Pasta cremosa de hummus / hummus	
		CEREAL		Arroz Blanco/white rice	Arroz Con Fideos / Rice with noodles	Arroz con Zanahoria / Rice with carrots	Arroz Con Pollo / Rice with chicken	
		GRAINS AND LEGUMES		Frijol Gargamanto/ red bean	Lentejas/lentils	Frijol Blnaquillo/white beans	Arveja Verde/green vetch	
		VEGETABLES		Brocoli Gratindo/broiled broccoli	Zukini con Ajonjoli/zucchini with sesame	Ensalda de Aguacate/avocado salad	Lechuga con Zanahoria / lettuce with carrot	
		SIDES		Tajadas Maduras/ripe sliced plantain	papa criolla dorada / golden potatoes	torta de mazorca / corn tart	Papas Chips/potato chips	
		FRUIT		Piña Gold/gold pineapple	Ciruelas/plums	Mango/Mango	Papaya/papaya	
		DESSERT		Nucita Nuggets	Chocolatina/chocolate	Coco caramelizado/ Coconut	Bocadillo/Bocadillo	
		ONCES - SNACK PM	CEREAL		Churros/fritter	Donna/Donuts	Mini chips de chocolate	Gelatina/jelly
			LACTOSE		Jugo de fresa/strawberry juice	Jugo Nectar de Durazno / Peach nectar juice	Avena de Canela/cinnamon oatmeal	Leche Condensada/condensed milk
			FRUIT		Mandarinas/tangerines	fresas/strawberries	Granadilla/passion fruit	Ciruelas Chilenas/chilean plums