



2026

MENÚ FEBRERO

www.appetiteservice.com

info@appiterestaurant.com



Lunes

02
FEBRERO

ALMUERZO

ENTRADA

OP1 Fruta

OP2 Ajíaco

CEREAL

OP1 Arroz blanco

BEBIDA

OP1 Agua

OP2 Jugo natural

REFRIGERIO

Pastel de pollo con jugo natural

PROTEÍNA

OP1 Pechuga desmechada

OP2

VERDURA

OP1 Ensalada de aguacate

OP2

TUBÉRCULO O FARINÁCEO

OP1 Mazorcada

¡Recuerda!: Informa al personal del restaurante si quieres un poco más de alimentos.

Claudia Yira Quiñones F.
NUTRICIONISTA • DIETISTA • T.P MND 04896



Martes

03
FEBRERO

ALMUERZO

ENTRADA

OP1 Fruta

OP2 Sopa de patacón

CEREAL

OP1 Arroz tigre

BEBIDA

OP1 Agua

OP2 Jugo natural

REFRIGERIO

Tostadas francesas con láminas de fresas y avena natural

PROTEÍNA

OP1 Pechuga a la plancha

OP2 Blanquetas de cerdo en salsa de champiñón

VERDURA

OP1 Tortilla de espinaca

OP2 Ensalada Hawaiana

TUBÉRCULO O FARINÁCEO

OP1 Papa enchupe

¡Recuerda!: Informa al personal del restaurante si quieres un poco más de alimentos.

Claudia Yira Quiñones F.
NUTRICIONISTA • DIETISTA • T.P MND 04896



Miércoles

04
FEBRERO

ALMUERZO

ENTRADA

OP1 Fruta

OP2 Sopa de cuchuco de maíz

CEREAL

OP1 Arroz al ajo y aceite

BEBIDA

OP1 Agua

OP2 Jugo natural

REFRIGERIO

Sándwich de tocineta y huevo con jugo de fruta

PROTEÍNA

OP1 Ropavieja

OP2 Chuleta de cerdo

VERDURA

OP1 Verduras al wok

OP2 Florentina de fresa

TUBÉRCULO O FARINÁCEO

OP1 Monedas de platano

¡Recuerda!: Informa al personal del restaurante si quieres un poco más de alimentos.

Claudia Yira Quiñones F.
NUTRICIONISTA • DIETISTA • T.P MND 04896



Jueves

05
FEBRERO

ALMUERZO

ENTRADA

OP1 Fruta

OP2 Crema de zanahoria

CEREAL

OP1 Arroz a la jardinera

BEBIDA

OP1 Agua

OP2 Jugo natural

¡Recuerda!: Informa al personal del restaurante si quieres un poco más de alimentos.

REFRIGERIO

Crepes de jamón y queso con jugo natural de
gajos de mandarina

PROTEÍNA

OP1 Estofado de res

OP2 Nuggets de pollo

VERDURA

OP1 Brocoli al vapor

OP2 Ensalada Festival de frutas

TUBÉRCULO O FARINÁCEO

OP1 Plátano con bocadillo y queso



Viernes

06
FEBRERO

ALMUERZO

ENTRADA

OP1 Fruta

OP2

CEREAL

OP1 Arroz Caldense

BEBIDA

OP1 Agua

OP2 Jugo natural

REFRIGERIO

Arepa con queso, crema de mora y cascós de naranja

PROTEÍNA

OP1

OP1

OP2

VERDURA

OP1 Tomates gratinados

OP2

TUBÉRCULO O FARINÁCEO

OP1 Papas en casco

¡Recuerda!: Informa al personal del restaurante si quieres un poco más de alimentos.

Claudia Yira Quiñones F.
NUTRICIONISTA • DIETISTA • T.P MND 04896



Lunes

09
FEBRERO

ALMUERZO

ENTRADA

OP1 Fruta

OP2 Crema de tomate

CEREAL

OP1 Arroz con zanahoria

BEBIDA

OP1 Agua

OP2 Jugo natural

REFRIGERIO

Minuburrito de carne con jugo natural

PROTEÍNA

OP1 Albondigas rancheras

OP2 Pollo al horno

VERDURA

OP1 Ceviche de coliflor

OP2 Ensalada Hawaiana
(repollo con piña y uvas pasas)

TUBÉRCULO O FARINÁCEO

OP1 Tajadas de plátano

¡Recuerda!: Informa al personal del restaurante si quieres un poco más de alimentos.

Claudia Yira Quiñones F.
NUTRICIONISTA • DIETISTA • T.P MND 04896



Martes

10
FEBRERO

ALMUERZO

ENTRADA

OP1 Fruta

OP2 Garbanzos catalanes

CEREAL

OP1 Arroz blanco

BEBIDA

OP1 Agua

OP2 Jugo natural

REFRIGERIO

Galleta casera de avena, milo y cascós
de manzana

PROTEÍNA

OP1 Pechuga gratinada

OP2 Filete de Mojarrá

VERDURA

OP1 Ensalada con zucchini y zanahoria

OP2 Tortilla de Brócoli

TUBÉRCULO O FARINÁCEO

OP1 Papa criolla

¡Recuerda!: Informa al personal del restaurante si quieres un poco más de alimentos.

Claudia Yira Quiñones F.
NUTRICIONISTA • DIETISTA • T.P MND 04896



Miércoles

11
FEBRERO

ALMUERZO

ENTRADA

OP1 Fruta

OP2 Sanchocho

CEREAL

OP1 Arroz con arveja

BEBIDA

OP1 Agua

OP2 Jugo natural

REFRIGERIO

Donas con jugo natural y uvas

PROTEÍNA

OP1 Bombón de pollo

OP2 Carne en bisteck

VERDURA

OP1 Ensalada primavera

OP2 Tajada de aguacate

TUBÉRCULO O FARINÁCEO

OP1 Papa chorriada

¡Recuerda!: Informa al personal del restaurante si quieres un poco más de alimentos.

Claudia Yira Quiñones F.
NUTRICIONISTA • DIETISTA • T.P MND 04896



Jueves

12
FEBRERO

ALMUERZO

ENTRADA

OP1 Fruta

OP2 Crema de espinaca

CEREAL

OP1 Arroz al burro
(mantequilla ajo)

BEBIDA

OP1 Agua

OP2 Jugo natural

REFRIGERIO

Empanada con jugo natural y láminas de kiwi

PROTEÍNA

OP1 Steak de cerdo gaucho

OP2 Filet Mignon

VERDURA

OP1 Ensalada Cesar

OP2 Verdura a la crema

TUBÉRCULO O FARINÁCEO

OP1 Yuquitas fritas

¡Recuerda!: Informa al personal del restaurante si quieres un poco más de alimentos.

Claudia Yira Quiñones F.
NUTRICIONISTA • DIETISTA • T.P MND 04896



Viernes

13
FEBRERO

ALMUERZO

ENTRADA

OP1 Fruta

OP2

CEREAL

OP1 Arroz al burro
(mantequilla ajo)

BEBIDA

OP1 Agua

OP2 Jugo natural

REFRIGERIO

Mini pizza y granizado de limonada de coco

PROTEÍNA

OP1 Canelones de pollo en salsa de champiñones

OP2 Canelones en salsa bolognesa

VERDURA

OP1 Tomate en cubos con albahaca

OP2

TUBÉRCULO O FARINÁCEO

OP1 Pan baguette

¡Recuerda!: Informa al personal del restaurante si quieres un poco más de alimentos.

Claudia Yira Quiñones F.
NUTRICIONISTA • DIETISTA • T.P MND 04896



Lunes

16
FEBRERO

ALMUERZO

ENTRADA

OP1 Fruta

OP2 Cuchuco de trigo

CEREAL

OP1 Arroz al perejil

BEBIDA

OP1 Agua

OP2 Jugo natural

REFRIGERIO

Montadito de huevo y tocineta con jugo natural

PROTEÍNA

OP1 Brochetas de cerdo

OP2 Sobrebarbilla en salsa

VERDURA

OP1 Habichuela en salsa

OP2 Ensalada Waldorf
(Manzana y apio)

TUBÉRCULO O FARINÁCEO

OP1 Papa chaleca

¡Recuerda!: Informa al personal del restaurante si quieres un poco más de alimentos.

Claudia Yira Quiñones F.
NUTRICIONISTA • DIETISTA • T.P MND 04896



Martes

17
FEBRERO

ALMUERZO

ENTRADA

OP1 Fruta

OP2 Crema de ahuyama

CEREAL

OP1 Arroz verde
(con espinaca)

BEBIDA

OP1 Agua

OP2 Jugo natural

REFRIGERIO

Pancakes de zanahoria con queso y chocolate

PROTEÍNA

OP1 Ropavieja

OP2 Pechuga gratinada

VERDURA

OP1 Poteca de ahuyama

OP2 Ensalada tropical
(repollo, mango y tomate)

TUBÉRCULO O FARINÁCEO

OP1 Chips de yuca

¡Recuerda!: Informa al personal del restaurante si quieres un poco más de alimentos.

Claudia Yira Quiñones F.
NUTRICIONISTA • DIETISTA • T.P MND 04896



Miércoles

18
FEBRERO

ALMUERZO

ENTRADA

OP1 Fruta

OP2 Sopa campesina

CEREAL

OP1 Arroz Vicky
(zanahoria)

BEBIDA

OP1 Agua

OP2 Jugo natural

REFRIGERIO

Deditos de queso en hojaldre con crema de mora

PROTEÍNA

OP1 Pollo dorado

OP2 Deditos de pescado

VERDURA

OP1 Torta de brocoli

OP2 Ensalada de la huerta
(zanahoria cebolla y tomate)

TUBÉRCULO O FARINÁCEO

OP1 Pizza de plátano

¡Recuerda!: Informa al personal del restaurante si quieres un poco más de alimentos.

Claudia Yira Quiñones F.
NUTRICIONISTA • DIETISTA • T.P MND 04896



Jueves

19
FEBRERO

ALMUERZO

ENTRADA

OP1 Fruta

OP2 Lentejas

CEREAL

OP1 Arroz perla

BEBIDA

OP1 Agua

OP2 Jugo natural

REFRIGERIO

Quesadilla con jugo de fresa y triangulo de sandia

PROTEÍNA

OP1 Pechuga apanada

OP2 Carne en reducción de vino

VERDURA

OP1 Ensalada roja

OP2 Pepino guisado

TUBÉRCULO O FARINÁCEO

OP1 Papa rusa

¡Recuerda!: Informa al personal del restaurante si quieres un poco más de alimentos.

Claudia Yira Quiñones F.
NUTRICIONISTA • DIETISTA • T.P MND 04896



Viernes

20
FEBRERO

ALMUERZO

ENTRADA

OP1 Fruta

OP2

CEREAL

OP1 Arroz frito con verduras

BEBIDA

OP1 Agua

OP2 Jugo natural

REFRIGERIO

Mini perro con limonada y gajos de mandarina

PROTEÍNA

OP1 Alitas miel mostaza

OP2 Filete de mojarra

VERDURA

OP1 Bastones de zanahoria

OP2 Bastones de apio

¡Recuerda!: Informa al personal del restaurante si quieres un poco más de alimentos.

Claudia Yira Quiñones F.
NUTRICIONISTA • DIETISTA • T.P MND 04896



Lunes

23
FEBRERO

ALMUERZO

ENTRADA

OP1 Fruta

OP2 Cuchuco de cebada

CEREAL

OP1 Arroz al perejil

BEBIDA

OP1 Agua

OP2 Jugo natural

REFRIGERIO

Sandwich de jamon de pollo con queso y leche saborizada

PROTEÍNA

OP1 Pamplona de pollo

OP2 Cerdo en reducción de maracuya

VERDURA

OP1 Torta de zanahoria

OP2 Ensalada Coleslaw

TUBÉRCULO O FARINÁCEO

OP1 Croquetas de yuca

¡Recuerda!: Informa al personal del restaurante si quieres un poco más de alimentos.

Claudia Yira Quiñones F.
NUTRICIONISTA • DIETISTA • T.P MND 04896



Martes

24
FEBRERO

ALMUERZO

ENTRADA

OP1 Fruta

OP2 Frijoles

CEREAL

OP1 Arroz perla

BEBIDA

OP1 Agua

OP2 Jugo natural

REFRIGERIO

Huevos rancheros con pan, chocolisto y lunas de papaya

PROTEÍNA

OP1 Carne en polvo

OP2 Chorizo Santarrosano

VERDURA

OP1 Ensalada de zanahoria con tomate y cebolla

OP2 Calabaza guisada

TUBÉRCULO O FARINÁCEO

OP1 Tajadas de plátano

¡Recuerda!: Informa al personal del restaurante si quieres un poco más de alimentos.

Claudia Yira Quiñones F.
NUTRICIONISTA • DIETISTA • T.P MND 04896



Miércoles

25
FEBRERO

ALMUERZO

ENTRADA

OP1 Fruta

OP2 Consome celestino

CEREAL

OP1 Arroz tigre

BEBIDA

OP1 Agua

OP2 Jugo natural

REFRIGERIO

Arepa rellena de pollo con jugo natural y
banano bocadillo

PROTEÍNA

OP1 Carne a la plancha con
chimichurri

OP2 Pechuga apanada

VERDURA

OP1 Pico de gallo

OP2 Galletas de zanahoria

TUBÉRCULO O FARINÁCEO

OP1 Papa rústica

¡Recuerda!: Informa al personal del restaurante si quieres un poco más de alimentos.

Claudia Yira Quiñones F.
NUTRICIONISTA • DIETISTA • T.P MND 04896



Jueves

26
FEBRERO

ALMUERZO

ENTRADA

OP1 Fruta

OP2 Crema de arracacha

CEREAL

OP1 Arroz turco
(con fideos y champiñón)

BEBIDA OP1 Agua OP2 Jugo natural

REFRIGERIO

Mantecada con avena natural y fresas

PROTEÍNA

OP1 Pollo grillé

OP2 Bondiola de cerdo bbq

VERDURA

OP1 Mazorcada

OP2 Ensalada espinaca y mango

TUBÉRCULO O FARINÁCEO

OP1 Patacones

¡Recuerda!: Informa al personal del restaurante si quieres un poco más de alimentos.

Claudia Yira Quiñones F.
NUTRICIONISTA • DIETISTA • T.P MND 04896



Viernes

27
FEBRERO

ALMUERZO

ENTRADA

OP1 Fruta

OP2

CEREAL

OP1 Arroz al perejil

BEBIDA

OP1 Agua

OP2 Jugo natural

REFRIGERIO

Wrap de pollo y queso con limonada de panela

PROTEÍNA

OP1 Filete de basa

OP2 Pollo en salsa de champiñones

VERDURA

OP1 Verdura Thai con cebolla crispy

OP2 Bastones de calabacin al horno con queso

TUBÉRCULO O FARINÁCEO

OP1 Deditos de yuca

¡Recuerda!: Informa al personal del restaurante si quieres un poco más de alimentos.

Claudia Yira Quiñones F.
NUTRICIONISTA • DIETISTA • T.P MND 04896