

Menú de alimentos del mes de septiembre 2019

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02 Desayuno: Huevo con ejotes, bolillo, fruta, jugo. Comida: Bistec con papas, sopa de arroz, tortilla, pepino y agua.	03 Desayuno: Molletes dulces, plátano y leche. Comida: Fajitas de pollo con verduras, espagueti blanco, tortilla, jicama y agua.	04 Desayuno: Enfrijoladas con queso, jugo, gelatina, melón. Comida: Calabacitas con elote, sopa de fideo, tortilla, naranja y agua.	05 Desayuno: Pan francés con mermelada, papaya y leche. Comida: Caldito de pollo con verduras y arroz, tortilla, sandía y agua.	06 Desayuno: Atole de avena con galleta María y manzana. Comida: Filete de pescado empanizado, sopa de arroz con verduras, tortilla, tuna.
09 Desayuno: Biónico con granola, jugo. Comida: Caldo de res con verduras, sopa de arroz, pepino y agua.	10 Desayuno: Sincronizadas, manzana y jugo de naranja natural. Comida: Empanadas de atún, sopa de estrellas con verduras, sandía, tortilla y agua.	11 Desayuno: Cereal con leche, plátano y gelatina. Comida: Birria de pollo, sopa de arroz, jicama, tortilla y agua.	12 Desayuno: Frijoles de la olla con queso, tortilla, melón y jugo. Comida: Milanesa empanizada, sopa de arroz blanco con verduras, tortilla, papaya y agua.	13 Desayuno: Pan tostado con mermelada, leche y manzana. Comida: Pozole, lechuga, rábano, tostada y agua de Jamaica.
16 SUSPENSIÓN DE LABORES	17 Desayuno: Hot-cakes con maple, plátano y leche. Comida: Ceviche de coliflor, sopa de papa, galleta, fruta y agua.	18 Desayuno: Arroz con leche, manzana y pasas. Comida: Albóndigas de res, taquito de frijol, piña.	19 Desayuno: Quesadilla de maíz, melón y jugo de lima. Comida: Tortitas de papa, sopa de fideo con verduras, tortilla, naranja y agua.	20 Desayuno: Huevo con jamón, bolillo, pera y jugo. Comida: Sopa de coditos con verduras, Nugetts de pollo, tortilla, tuna y agua.
23 Desayuno: Huevo con acelgas, tortilla, fruta y jugo de naranja natural. Comida: Espinazo con verdolagas, tortilla, sandía y agua.	24 Desayuno: Niño envuelto, manzana, gelatina, jugo. Comida: Picadillo con taco de frijol, fruta y agua.	25 Desayuno: Taquitos de papa, fruta, licuado de plátano. Comida: Tacos de pescado, sopa de arroz con verduras, tortilla, fruta y agua.	26 Desayuno: Molletes de frijoles con pico de galletas. Comida: Tostadas de jamón, sopa de lentejas, frutas y agua.	27 Desayuno: Cuernitos de jamón con queso, fruta y jugo. Comida: Enchiladas verdes de queso, sopa de pasta, naranja y agua.