

MENÚ DE ALIMENTOS DEL MES DE DICIEMBRE 2019

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 DESAYUNO: Pan dulce con leche y gelatina. COMIDA: Espagueti ala boloñesa, fruta y agua	3 DESAYUNO: huevo con tortilla dorada, fruta y jugo COMIDA: caldo de pollo con arroz y verduras, tortilla, fruta y agua	4 DESAYUNO: rollito de jamón, nueces, jugo y fruta Comida: tostadas de panela, sopa de verduras.	5 DESAYUNO: frijoles fritos con bolillo, leche y fruta. Comida: mole con pollo y arroz. Tortilla y agua fresca	6 DESAYUNO: Cereal con leche, fruta y flan. Comida: calabaza con elote a la mex Taquito de frijol, fruta y agua.
9 DESAYUNO: pan tostado con mermelada, leche, gelatina y fruta. Comida: consomé de pollo con verduras y ensalada de pollo con galletas	10 DESAYUNO: Enfrijoladas con queso, flan, leche y fruta. Comida: tepanyaki. Tortilla y agua	11 DESAYUNO: huevo a la mexicana, tortilla, jugo y futa. Comida: Tostadas de jamón y sopa de papa. Agua.	12 DESAYUNO: cereal con leche, fruta y gelatina Comida: fajitas de pollo, spaguetti, tortilla y agua.	13 DESAYUNO: sanduich de jamo caliente, jugo y fruta Comida: Arroz guisado, taquito de frijol, fruta y agua.
16 DESAYUNO: tamales de pollo y atole Ensalada de codito con verduras, lentejas, galletas y agua.	17 DESAYUNO: loche de jamón, jugo y futa. Comida: posada de primaria	18 DESAYUNO: huevo con ejote, fruta y jugo Comida: posada de preescolar	19 DESAYUNO: arroz con leche, galleta y fruta Comida: Tacos de carne asada con frijoles de la olla, salsa y agua.	20 DESAYUNO: Cereal con leche, fruta. Comida: tortita de papa, sopa de verduras, tortilla y agua

RECESO ESCOLAR DEL 23 DE DICIEMBRE AL 7 DE ENERO.

Luis Alberto Cueva García.
Lic. En Nutrición y Alimentación Humana.
CEDULA: 3830255



