

Menú de Enero M/5  
2019

Día	Menú
Lunes 07	Tortita de frijoles refritos con queso, 2 mitades de duraznos en almíbar
Martes 08	Ensalada de atún a la mexicana y 8 uvas
Miércoles 09	1 mini sándwich de mantequilla de cacahuete, Fruta picada con yogur
Jueves 10	Salpicón de pollo, 1 rebanada de até con queso.
Viernes 11	Papaya y piña picadas con queso cottage. 1 barrita de surimi con zanahoria rayada con limón.



Día	Menú
Lunes 14	Queso blanco en cuadritos, Galletas saladas y Pepino o jícama con limón
Martes 15	Hot dog, Arroz con leche
Miércoles 16	Rollitos de jamón, Palominas de maíz, Fruta de temporada picada
Jueves 17	Tiritas de pavo, Galletas de trigo integral y Coctel de frutas
Viernes 18	Lunch al gusto (Opcional el <u>Festejo de Cumpleaños Niños (as) nacidos en Enero.</u> )



Día	Menú
Lunes 21	Pasta colorida con crema y jamón o salchichas, fruta de temporada con limón y sal
Martes 22	Arroz blanco con albondiguitas miniatura, melón picadito con yogurt.
Miércoles 23	Ensaladita de surimi con pepino, 3 galletas tipo habanero. Cacahuates o pistaches pelados.
Jueves 24	Porción pequeña de pizza de queso con jamón y Ensalada de lechuga con pepinos
Viernes 25	Suspensión de Labores por C.T.E (Consejo Técnico Escolar)



Día	Menú
Lunes 28	1 mini sándwich de jamón (lechuga, aguacate, jitomate, queso)
Martes 29	Palitos de pan con queso crema (Philadelphia) y Jamón. Uvas
Miércoles 30	Ensalada de Manzana y Galletas. Agua de sabor.
Jueves 31	Pechuga de Pavo con verduras al gusto.



- Todos los días agua natural, simple o de sabor.
- En la medida de lo posible, porciones pequeñas.
- Si su hijo (a) es ALERGICO a uno de los alimentos mencionados, lo puede sustituir por otro similar.
- Favor de enviar los cubiertos necesarios para los alimentos y checar que el envase de agua esté bien cerrado.