

**Menú de Marzo M/7 2019-2020**

Día	Menú
Lunes 02	Queso blanco en cuadritos, Galletas saladas y Pepino o jícama con limón.
Martes 03	Hot dog, y Arroz con leche.
Miércoles 04	Rollitos de jamón, Palominas de maíz, Fruta de temporada picada
Jueves 05	Sándwiches de galletas con mermelada o queso crema o cajeta. Jugo de frutas.
Viernes 06	Tortita de frijoles refritos con queso, 2 mitades de duraznos en almíbar.



Día	Menú
Lunes 09	Pasta colorida con crema y jamón o salchichas, fruta de temporada con limón y sal.
Martes 10	Arroz blanco con albondiguillas miniatura, melón picadito con yogurt.
Miércoles 11	Ensaladita de surimi con pepino, 3 galletas tipo habanero. Cacahuates o pistaches pelados.
Jueves 12	Porción pequeña de pizza de queso con jamón y Ensalada de lechuga con pepinos.
Viernes 13	<b>Suspensión de Labores por C.T.E. (Consejo Técnico Escolar).</b>



Día	Menú
Lunes 16	<b>Suspensión de Labores por 21 marzo Natalicio Benito Juárez.</b>
Martes 17	Palitos de pan con queso crema (Philadelphia) y Jamón. Uvas.
Miércoles 18	Ensalada de Atún a la Mexicana y 8 uvas.
Jueves 19	Salpicón de Pollo, 1 rebanada de ate con queso manchego.
Viernes 20	Quesadillas con queso Oaxaca y Jamón. Fruta al gusto.



Día	Menú
Lunes 23	1 mini sándwich de jamón (lechuga, aguacate, jitomate, queso).
Martes 24	Ensalada de Manzana y Galletas. Agua de sabor.
Miércoles 25	Papaya y piña picadas con queso cottage. 1 barrita de surimi con zanahoria rayada y limón.
Jueves 26	<b>Huevito al gusto y galletas.</b>
Viernes 27	<b>Festejo de Cumpleaños, alumnos (as) nacidos en el mes de Marzo.</b>



Día	Menú
Lunes 30	<b>Papas gratinadas con jamón y manzana en cuadritos.</b>
Martes 31	<b>Jitomate y queso panela en cuadritos y flan de vainilla.</b>



- Todos los días agua natural, simple o de sabor.
- Evitar la comida chatarra.
- 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.