|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|  |  | **1** | **2** | **3** |
|  |  | **LUNA**  3 papayas medianas picadas en cubos pequeños  2 botes de queso cottage  1 bolsa mediana de granola  (Agua proporcionada por la escuela) | **SUSPENSION DE LABORES DIA DE MUERTOS** | **CARLA SOFIA**  Ensalada de coditos con verdurita y atún (porción para 20 niños)  20 paquetes individuales de galletas salma.  7 naranjas partidas en 4  3 lts de agua de alguna infusión |
| **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| **ALESSANDRO**  25 sandwiches (pan integral) de aguacate, alfalfa, queso panela y tomate en rodajas.  3 cajitas de moras lavadas y desinfectadas.  4 litros de agua de limón | **GIANCARLO**  Arroz rojo sazonado (medir 4 tazas en crudo)  5 aguacates  1 kg de tortillas de maíz  3 jícamas picadas en juliana.  4 lts de agua de piña natural | **NATALIA BARQUERO**  18 peras picadas en cubos pequeños  3 litros de yogurt natural  1 bolsa grande de granola  Agua natural proporcionada por la escuela | **REGINA REYES**  4 lts de sopa de frijol  3 aguacates enteros  ½ kg de queso panela picados en cubos pequeños  1 kg de tortillas de maíz  4 lts de agua natural con rodajas de pepino. | **SEO**  3 botes de hummus  2 cajas de tomate cherry  6 pepinos lavados y cortados en rodajas  Pan pita natural cortados en triángulos (26 porciones)  4lts de alguna infusión |
| **13** | **14** | **15** | **16** | **17** |
| **SIANA**  Espagueti integral con champiñones en salsa de tomate casera (25 porciones)  1 bote mediano de queso parmesano  10 manzanas partidas en cubos  3 lts de alguna infusión | **LIAM**  4 lts de sopa de verduras con fideos  3 aguacates enteros  10 duraznos picados en cubos pequeños | **MONTSE**  3 melones medianos picados en cubos pequeños  2 botes (1kg) de queso cottage  1 bolsas medianas de granola  (agua proporcionada por la escuela) | **MAX**  4 lts de sopa de lentejas (no carne, no tocino)  5 aguacates enteros  10 peras partidas en cubos pequeños  3 lts de agua de sandia | **MIKAELA**  Ensalada de nopales al gusto (20 porciones)  4 canastitas de fresas lavadas y desinfectadas.  20 paquetes de galletas salmas.  3 lts de agua de Jamaica |
| **20** | **21** | **22** | **23** | **24** |
| **SUSPENSION DE LABORES ANIVERSARIO DE LA REVOLUCION MEXICANA** | **NOAH**  4 Lts de crema de chícharo  5 pepinos partidos en rodajas  1 bote mediano de Tajín bajo en sodio.  3 limones  3 lts de agua con rodajas de limón amarillo. | **MAYA**  20 plátanos enteros  2 botes (1kg) de queso cottage  2 bolsas medianas de granola  (agua proporcionada por la escuela) | **GIGI**  4 lts de sopa minestrone  1 kilo de queso panela en cubos pequeños  10 manzanas partidas en rodajas  3 lts de agua de Jamaica | SUSPENSION DE LABORES POR  CTE |
| **27** | **28** | **29** | **30** |  |
| **MARIA ISABELLA**  Calabacitas con elotitos y queso gratinado (28 porciones)  2 kilos de uvas sin semillas lavadas, desinfectadas y partidas a la mitad  3 litros de Agua de piña natural | **IRVING**  Ensalada de quinoa preparada al gusto (20 porciones)  3 lts de agua de melón  2 jícamas medianas partidas en juliana. | **ORI**  18 manzanas picadas en cubos pequeños  3 botes de yogurt natural  1 bolsa grande de granola  (agua proporcionada por la escuela) | **BRUNO**  SUGERENCIA DE MENU POR PARTE DE LOS PADRES DE FAMILIA |  |

**RECUERDA TRAER 3 FLORES NATURALES**