



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>3</p> <p>Suspensión de clases</p>	<p>4</p> <p>BRUNO</p> <p>30 burritos de frijol con queso en tortilla de harina integral 5 Aguacates 6 pepinos cortados sin semilla 4 lt agua de melón</p>	<p>5</p> <p>YUET</p> <p>24 manzanas rojas picadas en cubos pequeños. 2 botes (1kg) de queso cottage 2 bolsas grandes de granola. (agua proporcionada por la escuela)</p>	<p>6</p> <p>ZOE</p> <p>30 bagels integrales, ya elaborados con queso panela, tomate y queso crema. Aguacate a parte. 3 jicamas GRANDES picadas. 8 limones. 4 lts de Agua de limón.</p>	<p>7</p> <p>RODRIGO</p> <p>Arroz integral con verduras (30 porciones). 5 pepinos cortados en tiras sin semilla. Barras de amaranto (25) 4 lts agua de piña.</p>
<p>10</p> <p>NATALIA DAUTT</p> <p>30 molletes de frijol con queso Salsa bandera 4 lts de agua de fresa natural 10 peras partidas en cubos</p>	<p>11</p> <p>PAULINA</p> <p>Ensalada de coditos con verduras y atún (32 porciones) 30 gelatinas caseras (sabor a elegir) Recomendable: Frutevia 4 litros de agua natural con rodajas de pepino</p>	<p>12</p> <p>NOAH</p> <p>26 plátanos enteros 2 botes (1kg) de queso cottage 2 bolsas medianas de granola. (agua proporcionada por la escuela)</p>	<p>13</p> <p>POSADA ALUMNOS</p>	<p>14</p> <p>NICOLÁS</p> <p>30 Hotcakes integrales o avena chicos 1 bote de Miel de maple 10 manzanas picadas en cubos. Agua proporcionada por la escuela.</p>
<p>17</p> <p>JUAN JOSÉ</p> <p>Spaguetti en salsa de tomate (30 porciones) 2 kg de uvas sin semilla 4lt Agua de Limón</p>	<p>18</p> <p>JULIETA</p> <p>5lts Crema de verduras (papa,zanahoria,calabaza) 1 bolsa de crutones ½ Queso mozzarella cortado en cuadritos. Panqué de nuez (25 porciones) 4 Lt Jugo de piña</p>	<p>19</p> <p>LUNA</p> <p>4 lts de yogurt natural 5 melones medianos picados en cubos pequeños 1 kg de granola 4 litros de agua natural (proporcionada por la escuela)</p>	<p>VACACIONES</p>	
<p>07-ene</p> <p>AYELET</p> <p>Elotes desgranados (30 porciones) 1 kilo Queso fresco rallado 10 limones 1 bote mediano de mantequilla 4 litros de agua de naranja</p>	<p>08-ene</p> <p>MONTSERRAT</p> <p>5 lts de sopa de lentejas. 5 aguacates. 1 caja de galletas florentinas de cajeta. 4 lt agua de pepino.</p>	<p>09-ene</p> <p>LUCIANA</p> <p>4 papayas picadas en cubos pequeños. 2 botes (1kg) de queso cottage 2 bolsas medianas de granola (agua proporcionada por la escuela)</p>	<p>10-ene</p> <p>GIOVANNA</p> <p>Sopa de tortilla (5 litros) (Enviar el consomé y las tortillas por separado) 6 aguacates 3 jicamas medianas partidas en julianas. 4 litros de alguna infusión</p>	<p>11-ene</p> <p>ENEDITH</p> <p>5 litros de crema de zanahoria 4 baguetes integrales partidos en rebanadas. 1/2 kilo de queso monterrey en cuadritos. 4 litros de agua guayaba natural.</p>

- Recuerda traer 2 flores naturales.
- Preparar todo con alimentos frescos, naturales y evitar el uso de azúcar en las bebidas.
- Todos los refractarios marcados por favor.
- Utilizar solamente sazónador vegetal.

