



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<ul style="list-style-type: none"> - 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 sazón vegetal. - Por favor respetar las porciones para que alcancen todos los niños su refrigerio. 				<p>1</p> <p>SUSPENSIÓN DE CLASES CTE</p>
<p>4</p> <p>DOMINIKE</p> <p>30 croquetas de papa con queso. Salsa de tomate o salsa tártara 5 manzanas en rodajas.</p> <p>1 galón de infusión naranja.</p>	<p>5</p> <p>ELIZABETH</p> <p>30 quesadillas en tortilla de harina integral.</p> <p>8 tomates en rodajas.</p> <p>28 obleas de cajeta</p> <p>1 galón de infusión naranja.</p>	<p>6</p> <p>NICOLÁS</p> <p>26 plátanos enteros 2 botes (1kg) de queso cottage 2 bolsas medianas de granola.</p> <p>(agua proporcionada por la escuela)</p>	<p>7</p> <p>CHRISTIAN</p> <p>Arroz integral cocido (medir 5 tazas de arroz crudo) Frijoles cocidos (medir 5 tazas de frijol crudo) 2 kg de tortilla maíz 1 galón de alguna infusión</p>	<p>8</p> <p>LEONARDO</p> <p>30 Molletes de frijol con queso.Salsa bandera (tomate, cebolla y cilantro) por separado. 2 kilos de uvas sin semilla. 1 galón de infusión</p>
<p>11</p> <p>JULIETA</p> <p>Ensalada de coditos elote y atún (30 porciones) 30 gelatinas caseras (sabor a elegir) Recomendable: Frutevia 1 galón agua natural con rodajas de pepino</p>	<p>12</p> <p>LEÓN</p> <p>6 lts de sopa de lentejas 6 aguacates enteros ½ kg de queso panela picados en cubos pequeños 1 1/2 kg de tortillas de maíz 1 galón agua natural con rodajas de pepino.</p>	<p>13</p> <p>AIDANA</p> <p>4 lts de yogurt natural 5 melones medianos picados en cubos pequeños 1 kg de granola Agua natural (proporcionada por la escuela)</p>	<p>14</p> <p>LUNA</p> <p>30 Sandwich (tomate, alfalfa y queso panela) 5 aguacates 1 galón de agua de naranja. Poco endulzante.</p>	<p>15</p> <p>NATALIA DAUTT</p> <p>Spaguetti en salsa de tomate (30 porciones)</p> <p>1 kg de uvas sin semilla</p> <p>1 galón Agua de Limón</p>
<p>18</p> <p>SUSPENSIÓN DE CLASES "Natalicio Benito Juárez"</p>	<p>19</p> <p>LUCIANA</p> <p>Avena integral con leche de almendras sin endulzar (30 porciones) 10 plátanos</p> <p>Enviar un litro de leche de almendras aparte.</p>	<p>20</p> <p>YUET</p> <p>18 peras picadas en cubos pequeños. 2 botes (1kg) de queso cottage 2 bolsas medianas de granola (agua proporcionada por la escuela)</p>	<p>21</p> <p>ALESSANDRO</p> <p>4 paquetes de tostadas delgadas (40 pzas) 4 tazas de frijoles 1 kg queso panela, tomate y cilantro picado. Limón y sal al gusto. 6 aguacates enteros 1 galón de alguna infusión</p>	<p>22</p> <p>NATALIA LÓPEZ</p> <p>30 porciones de Pasta italiana integral con trozos de espinacas cocidas Puede usar crema agría y poca matequilla. Poca sal. 2 kg de uvas sin semilla 1 galón de alguna Infusión</p>
<p>25</p> <p>AZRAEL</p> <p>Ensalada de papa preparada al gusto (30 porciones) 30 paquetes de galletas salmas</p> <p>7 nectarinas partidas en cubos pequeños 1 galón Agua con rodajas de limón amarillo.</p>	<p>26</p> <p>MONTSERRAT</p> <p>5 lts Crema de Brocoli con papa. 1 bolsa de crutones ½ Queso mozzarella cortado en cuadritos. Panqué de nuez (25 porciones) 1 galón de Agua con alguna infusión</p>	<p>27</p> <p>LIAM GROSS</p> <p>3 papayas medianas cortadas en cubos grandes 2 botes (1kg) de queso cottage 2 bolsas medianas de granola (agua proporcionada por la escuela)</p>	<p>28</p> <p>JUAN JOSÉ</p> <p>Calabacitas con elotitos y queso gratinado (30 porciones pequeñas) 1 bote mediano de crema 2 kilos de uvas sin semillas lavadas, desinfectadas y partidas a la mitad 1 galón de agua alguna</p>	<p>29</p> <p>ZOE HALL</p> <p>30 burritos de frijol con queso en tortilla de harina integral. 8 tomates en rodajas. 1 galón de infusión naranja.</p>