



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>16</p> <p>Suspensión de Clases</p> <p>16 de septiembre "Aniversario de la Independencia de México"</p>	<p>17</p> <p>Refrigerio compartido por papás</p>  <p>Asamblea "Día de la Independencia" (sin papas)</p>	<p>18</p> <p>ANA PAULA AVILA</p> <p>22 plátanos enteros 2 botes (1kg) de queso cottage 2 bolsas medianas de granola.</p> <p>(agua proporcionada por la escuela)</p>	<p>19</p> <p>VICTORIA NELSEN</p> <p>Arroz integral cocido (medir 5 tazas de arroz crudo) Frijoles cocidos (medir 5 tazas de frijol crudo) 2 kg de tortilla maíz 4 litros de agua infusión manzana.</p>	<p>20</p> <p>DYLAN AVILLA</p> <p>Verduras al vapor con queso gratinado porcion aprox. para 25 niños Caja de salmas 6 Pepinos cortados en julianas sin semillas (Agua natural proporcionada por la escuela)</p>
<p>23</p> <p>MAIA HERNANDEZ</p> <p>Ensalada de lechuga y atún (25 porciones) 30 gelatinas caseras (sabor a elegir) Recomendable: Frutevia 4 litros infusion de pepino.</p>	<p>24</p> <p>FERNANDA BALLESTEROS</p> <p>5 lts de sopa de frijol 5 aguacates enteros ½ kg de queso panela picados en cubos pequeños 1 1/2 kg de tortillas de maíz 15 naranjas partidas en 4 4 lts de infusion de melón.</p>	<p>25</p> <p>ELLIE CASTRO</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>26</p> <p>OLIVER RUIZ</p> <p>5 lts de crema de tomate con papa 4 aguacates. 1 caja de galletas habaneras. Jicama cortada en julianas 4 lts agua de jamaica endulzada con miel</p>	<p>27</p> <p>PATRICIO REYES</p> <p>Spaguetti en salsa de tomate (30 porciones) 1 kg de uvas sin semilla 4lt de agua infusión de naranja.</p>
<p>30</p> <p>ANNA VICTORIA</p> <p>Ensalada de quinoa (30 porciones) 3 cajas de moras lavadas y desinfectadas 4 lts. de agua infusión de sandía.</p>	<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. - Por favor respetar las porciones para que alcancen todos los niños su refrigerio. - NOTA IMPORTANTE: Las infusiones si lo desea pueden endulzarse solo con miel.</p>			