



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				JACOB MURILLO 1 Ensalada de lechuga, pepino, tomate (30 porciones) 4 baguetes integrales partidos en rebanadas. 1/2 kilo de queso monterrey en cuadritos. 4 lts infusión de fresa.
LUCIA CARBONELL 4 30 molletes de frijol con queso Salsa bandera 4 lts de agua de infusión de fresas 10 peras partidas en cubos 4 lts infusión de limón	HECTOR D BENITEZ 5 Ensalada verduras y atún (30 porciones) 30 gelatinas caseras (sabor a elegir) Recomendable: Frutevia 4 lts de infusión de pepino	LUCAS CANNON 6 30 porciones Cocktel de frutas (melón, piña, fresa) 2 botes (1kg) de queso cottage 2 Bolsas medianas de granola (agua proporcionada por la escuela)	MONTSERRAT GONZALEZ 7 Arroz integral al gusto (30 porciones) 3 jicamas picadas en juliana. 4 lts de infusión de papaya	RENE FERNANDEZ 8 30 Hotcakes integrales o avena medianos 1 bote de Miel de maple 30 porciones de Fresas picadas en cubos. Agua proporcionada por la escuela.
AZRAEL MORENO 11 Spaguetti en salsa de tomate (30 porciones) 2 kg de uvas sin semilla 4lt de infusión de Limón	RAMON ANGULO 12 5 lts Crema de brócoli 1 bolsa de crutones ½ Queso mozzarella cortado en cuadritos. Panqué de nuez (25 porciones) 4 lt infusión de piña	ELIZABETH ORTIZ 13 4 lts de yogurt natural 5 melones medianos picados en cubos pequeños 2 bolsas medianas granola 4 litros de agua natural (proporcionada por la escuela)	ANDREA LORELI 14 3 paquetes de tostadas delgadas (30 pzas) 5 tazas de frijoles machacados. 5 aguacates enteros 1 kilo de queso fresco desmenuzado 1 bote mediano de crema agria 4 lts infusion de melón	15 SUSPENSIÓN DE CLASES POR CTE
18 SUSPENSIÓN DE CLASES DIA FESTIVO	SILVANA HANK 19 5 lts de crema de elote 6 aguacates. 1 caja de galletas habaneras. 4 lt de infusion de papaya.	REGINA ROMERO 20 20 manzanas picadas en cubos pequeños. 2 botes (1kg) de queso cottage 2 bolsas medianas granola (agua proporcionada por la escuela)	CAMILA RAE 21 5 lts Crema de espinaca 1 bolsa de crutones ½ Queso mozzarella cortado en cuadritos. Panqué de nuez (25 porciones) 4 lts infusión de manzana	BRUNO TORRES 22 Ensalada de quinoa (28 porciones) 3 cajas de moras lavadas y desinfectadas 4 lts. de infusión de melón
LUNA BELTRAN 25 Elotes desgranados (30 porciones) 1 kilo Queso fresco rallado 10 limones 1 bote mediano de mantequilla 4 litros de agua de naranja	YEOH YEE 26 5 lts de sopa de lentejas. 5 aguacates. 1 caja de galletas florentinas de cajeta. 4 lt agua de pepino.	RODRIGO CONTRERAS 27 18 peras picadas en cubos pequeños. 2 botes (1kg) de queso cottage 2 bolsas mediana granola (agua proporcionada por la escuela)	MIROSLAVA LÓPEZ 28 Quesadillas con tortilla de maiz (30 porciones) pepino en rodajas como postre 4 lt infusion de naranja.	LUCAS VERDUGO 29 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

- 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.
- Utilizar solo miel para endulzar la infusión.
- Por favor respetar las porciones para que alcancen todos los niños su refrigerio.

