

## Menú

| Día        |                    | 1er día                                     | 2do día                               | 3er día                               | 4to día                                | 5to día                                |
|------------|--------------------|---------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------|
| DESAYUNO   | Fruta              |                                             | Fruta                                 | Fruta                                 | Fruta                                  | Fruta                                  |
|            | Bebidas            |                                             | Jugo de naranja,leche<br>c/ chocolate | Jugo de naranja,leche<br>c/ chocolate | Jugo de naranja, leche<br>c/ chocolate | Jugo de naranja, leche<br>c/ chocolate |
|            | Platillo           |                                             | Chilaquiles Verdes                    | Hot Cakes con miel                    | Huevo revuelto con<br>jamon            | Sopes de frijol y crema                |
|            | Acompañamiento     |                                             | Frijoles, Pan Dulce                   | Rollitos de Jamón,<br>Cereal          | Frijoles, Pan Dulce                    | Verduras al vapor, Pan<br>dulce        |
|            | Opción Vegetariana |                                             | ChilaquilesVerdes                     | Coctel de frutas y<br>granola         | Flautas de papa y frijol               | Sopes de frijol                        |
| REFRIGERIO |                    | Pepino y Jicama                             | Quesadillas                           | Naranjas                              | Sandía en rebanadas                    | Manzanas Partidas                      |
| COMIDA     | Bebidas            | Agua de sabor                               | Agua de sabor                         |                                       | Agua de sabor                          |                                        |
|            | Sopa               | Spaguetti                                   | Sopa de fideo                         | Comida en Puebla                      | Crema de<br>champiñones                | BOX UNCH                               |
|            | Plato Fuerte       | Milanesas de pollo                          | Hamburguesas con<br>papas             |                                       | Bistec Asado                           |                                        |
|            | Guarnición         | Pure de papa                                | Papas fritas, Ensalada<br>de jitomate |                                       | Ensalada de Nopales                    |                                        |
|            | Postre             | Pay de limon                                | Danonino congelado                    |                                       | Fresas con crema                       |                                        |
|            | Opción Vegetriana  | Alambre de Verduras                         | Hamburguesas de<br>Portobello         |                                       | Tacos dorados de papa                  |                                        |
| CENA       | Bebidas            | Agua se sabor/leche<br>con chocolate        | Agua se sabor/leche<br>con chocolate  | Agua se sabor/leche<br>con chocolate  | Agua se sabor/leche<br>con chocolate   |                                        |
|            | Platillo           | Tostadas de pollo                           | Sincronizadas                         | Molletes con pico de<br>gallo         | Sandwich a la plancha                  |                                        |
|            | Alternativa        | Queso,crema,frijol,lec<br>huga, cereal, pan | Pan dulce,ceral                       | Pan dulce, cereal                     | Pan dulce, cereal                      |                                        |
|            | Opción Vegetariana | Tostadas de frijol con<br>aguacate          | Quesadillas de<br>champiñones         | Molletes con pico de<br>gallo         | Sandwich vegetariano                   |                                        |