

## Menú 2 días

Día		1er día	2do día
DESAYUNO	Fruta		Fruta
	Bebidas		Jugo de naranja, leche c/ chocolate
	Platillo		Chilaquiles con pollo
	Acompañamiento		Frijoles, Pan Dulce
	Opción Vegetariana		Chilaquiles Verdes
Bebida:	Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor
REFRIGERIO		Quesadillas de queso	Pepino y jicama
	Deslactosado	Dobladitas de frijol	Palanquetas
COMIDA	Bebidas	Agua de sabor	Agua de sabor
	Sopa	Spaguetti	Sopa de fideo
	Plato Fuerte	Milanesas de pollo	Hamburguesas con papas
	Guarnición	Pure de papa	Papas fritas, Ensalada de jitomate
	Postre	Pay de limon	Paletas de hielo
	Opción Vegetariana	Alambre de verduras y garbanzo	Hamburguesas con medallón de lentejas
CENA	Bebidas	Agua se sabor/leche con chocolate	
	Platillo	Tostadas de pollo	
	Alternativa	Queso, crema, frijol, lechuga, cereal, pan	
	Opción Vegetariana	Tostadas de frijol con aguacate	

El menú será la base para la generalidad del campamento.  
Se notificará a la sede las dietas estrictas, según sea el caso.