

Menú 5 días

Día		1er día	2do día	3er día	4to día	5to día
DESAYUNO	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Manzana
	Bebidas	Jugo verde o naranja, Té natural	Jugo verde o naranja, Té natural	Jugo verde o naranja, Té natural	Jugo verde o naranja, Té natural	Jugo verde o naranja, Té natural
	Platillo		Enfrijoladas rellenas de pappá	Entomatadas	Chilaquiles rojos	Picaditas
	Opción Vegetariana	Tostadas de aguacate con germen de trigo	Enfrijoladas rellenas de pappá	Entomatadas	Omelette con verduras	Picaditas
REFRIGERIO	Bebida	Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor
	Refrigerio	Naranja y zanahoria	Zanahoria, jícama, pepino	Zanahoria, jícama, pepino	Zanahoria, jícama, pepino	Zanahoria, jícama, pepino
COMIDA	Bebidas	Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor	
	Sopa	Sopa de verduras	Sopa de hongos	Crema de verduras	Crema de frijol	
	Plato Fuerte	Tortitas de papa	Tacos dorados de frijol	Tostadas de tinga de zanahoria	Calabacitas rellenas	
	Guarnición	Ensalada de lechugas	Ensalada	Ensalada	Ensalada	
	Postre	Postre	Postre	Postre	Postre	
CENA	Bebidas	Té natural o leche de avena	Té natural o leche de avena	Té natural o leche de avena	Té natural o leche de avena	
	Platillo	Dobladitas de champiñón	Pan Francés	Club sandwich	Hotcakes de avena con plátano	