

Campamento del 30 de junio al 2 de julio 2023

45 ESTUDIANTES Y 12 ADULTOS

Día		1er día	2do día	3er día
-----	--	---------	---------	---------

DESAYUNO	Fruta		Fruta	Fruta
	Bebidas		Jugo de naranja,leche c/ chocolate	Jugo de naranja,leche c/ chocolate
	Platillo		Chilaquiles con pollo	Sopes con pollo y chorizo
	Acompañamiento		Frijoles, Pan Dulce	Queso, Crema y lechuga
	Opción Vegetariana		Chilaquiles Verdes	Sopes de frijoles

Bebida:	Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor
REFRIGERIO		Quesadillas	Pepino y jicama	Naranjas
	Deslactosado			

COMIDA	Bebidas	Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor
	Sopa	Spaguetti	Arroz	Sopa de fideo
	Plato Fuerte	Milanesas de pollo	Albondigas	Hamburguesas con papas
	Guarnición	Pure de papa	Verduras al vapor	Ensalada de jitomate
	Postre	Pay de limon	flan	Fresas con crema
	Opción Vegetariana	Alambre de verduras y garbanzo	Albondigas de soya	Hamburguesas con medallón de lentejas

CENA	Bebidas	Agua se sabor/leche con chocolate	Agua se sabor/leche con chocolate
	Platillo	Tostadas de pollo	Sincronizadas
	Alternativa	Queso,crema,frijol, lechuga y pan dulce	Pan dulce
	Opción Vegetariana	Tostadas de frijol con aguacate	Quesadillas