

Menú 3 días

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	Enchiladas rojas
	Acompañamiento		Frijoles, Pan Dulce	Frijoles, Pan Dulce
	Opción Vegetariana		Chilaquiles Verdes con flor de calabaza	Omelette con verduras
Bebida:	Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor
REFRIGERIO		Quesadillas de queso	Pepino y jicama	Sandia
	Deslactosado	Dobladitas de frijol		
COMIDA	Bebidas	Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor
	Sopa	Spaguetti	Sopa de verduras	Sopa de fideo
	Plato Fuerte	Milanesas de pollo	Tacos dorados de pollo	Hamburguesas con papas
	Guarnición	Ensalada Jitomate	Ensalada dulce	Ensalada Verde
	Postre	Paletas heladas	Helado	Helado
	Opción Vegetariana	Alambre de verduras y garbanzo	Tacos dorados de papa	Hamburguesas con medallón de lentejas
CENA	Bebidas	Agua se sabor/leche con chocolate	Agua se sabor/leche con chocolate	
	Platillo	Tostadas de pollo	Sincronizadas/ Ensalada	
	Alternativa	Queso, crema, frijol, lechuga, Pan dulce	Ensalada verde. Pan dulce, granola	
	Opción Vegetariana	Tostadas de frijol con aguacate	Burritos de huevo a la mexicana	