Menú 4 días

Día		1er día	2do día	3er día	4to día
DESAYUNO	Fruta		Fruta	Fruta	Fruta
	Bebidas		Jugo de naranja,leche c/ chocolate	Jugo de naranja, leche c/ chocolate	Jugo de naranja,leche c/ chocolate
	Platillo		Hot Cakes con miel	Huevo revuelto con jamon	Pan tostado con mermelada y mantequilla
	Acompañamiento		Rollitos de Jamón, Cereal	Frijoles, Pan Dulce	Cereal, Pan Dulce
	Opción Vegetariana		Coctel de frutas y granola. Rollitos de queso	Omelette con verduras	Pan tostado con mermelada y mantequilla
Bebida:	Agua de sabor	Agua de sabor/ Natura	Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor
REFRIGERIO		Quesadillas de queso	Pepino y jicama	Naranjas	Sandía en rebanadas
	Deslactosado	Dobladitas de frijol	Palanquetas	Barritas de amaranto	Palomitas
COMIDA	Bebidas	Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor
	Sopa	Spaguetti blanco	Sopa de fideo	Arroz blanco	Sopa de verduras
	Plato Fuerte	Pechugas asadas de pollo	Hamburguesas con papas	Albondigas	Tacos dorados de pollo
	Guarnición	Pure de papa	Papas fritas, Ensalada de jitomate	Verduras al vapor	Frijoles, guacamole
	Postre	Pay de limon	Danonino congelado	Imposible	Fresas con crema
	Opción Vegetriana	Alambre de verduras y garbanzo	Hamburguesas con medallón de lentejas	Albondigas de soya	Tacos dorados de papa
Todas las comidas acompañar con ensaladas verde y mixta					
CENA	Bebidas	Agua se sabor/leche con chocolate	Agua se sabor/leche con chocolate	Agua se sabor/leche con chocolate	
	Platillo	Tostadas de pollo	Sincronizadas. Acompañadas de ensalada	Molletes con pico de gallo. Acompañado de ensalada	
	Alternativa	Queso,crema,frijol,leche, cereal, pan dulce	Pan dulce,cereal	Pan dulce, cereal	
	Opción Vegetariana	Tostadas de frijol con aguacate	Burritos de huevo a la mexicana	Molletes con pico de gallo	