

Menú 5 días

Día		1er día	2do día	3er día	4to día	5to día
DESAYUNO	Fruta		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Bebidas		Jugo de naranja,leche c/ chocolate	Jugo de naranja, leche c/ chocolate	Jugo de naranja, leche c/ chocolate	Jugo de naranja,leche c/ chocolate
	Platillo		Chilaquiles con pollo	Sopes de frijol y crema	Huevo revuelto con jamón	Hot Cakes, huevo y tocino aparte
	Acompañamiento		Frijoles, crema y queso, Pan Dulce	Verduras al vapor, Pan dulce	Frijoles, Pan Dulce	Mermelada y cajeta, Cereal
	Opción Vegetariana		Chilaquiles Verdes	Sopes de frijol	Omelette con verduras	Coctel de frutas y granola
Bebida:	Agua de sabor		Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor
REFRIGERIO			Pepino y jicama	Quesadillas de queso	Sandía en rebanadas	Manzanas Partidas
	Deslactosado			Dobladas de frijol		
COMIDA	Bebidas	Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor
	Sopa	Arroz	Sopa de fideo	Ensalada verde	Sopa de verduras	Sopa de Fideo
	Plato Fuerte	Carne Asada con papas a la francesa	Hamburguesas con papas	Milanesas de Pollo	Tacos dorados de pollo	Taquiza bisteck, nopales, guacamole
	Guarnición	Ensalada de frutas	Papas fritas, Ensalada de jitomate	Pure de papa	Ensalada de Nopales	Papas fritas, ensalada de jitomate
	Postre	Pastel con helado	Danonino congelado	Pay de limón	Fresas con crema	Banana Cup
	Opción Vegetriana	Tortas de espinaca	Hamburguesas con medallón de lentejas	Tortas de papa	Tacos dorados de papa	Nopales y cebollas cambray asadas
CENA	Bebidas	Agua se sabor/leche con chocolate	Agua se sabor/leche con chocolate	Agua se sabor/leche con chocolate	Agua se sabor/leche con chocolate	
	Platillo	Sandwich a la plancha	Gorditas de papa	Pizza hawaiana/Pepproni	Sandwich a la plancha	
	Alternativa	Pan dulce, cereal	Queso, crema, frijol , lechuga Pan dulce,ceral	Pan dulce, cereal	Pan dulce, cereal	
	Opción Vegetariana	Sandwich sin jamón de queso/aguacate	Gorditas de papa	Pizza de queso	Sandwich sin jamón de queso/aguacate	

Representa comida
fuera de la sede