

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	Molletes con pico de gallo
	Acompañamiento		Frijoles, Pan Dulce	Pan dulce, cereal
	Opción Vegetariana		Chilaquiles Verdes	Coctel de frutas y granola
Bebida:	Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor
REFRIGERIO		Quesadillas de queso	Pepino y jicama	Naranjas
	Deslactosado	Dobladitas de frijol	Miguelito, tajin	Barras de amaranto
COMIDA	Bebidas	Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor
	Sopa	Sopa de fideo	Arroz	Ensalada verde
	Plato Fuerte	Taquizá bisteck, nopales, guacamole	Albondigas	Milanesas de pollo
	Guarnición	Papas fritas, Ensalada de jitomate	Verduras al vapor	Pure de papa
	Postre	Paletas de hielo	Imposible	Pay de limon
	Opción Vegetariana	Nopales y cebollas cambray asadas	Albondigas de soya	Alambre de verduras y garbanzo
CENA	Bebidas	Agua se sabor/leche con chocolate	Agua se sabor/leche con chocolate	
	Platillo	Tostadas de pollo	Sincronizadas	
	Alternativa	Queso,crema,frijol,lec huga, cereal, pan	Pan dulce,ceral	
	Opción Vegetariana	Tostadas de frijol con aguacate	Burritos de huevo a la mexicana	