

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	Hot Cakes con miel	Huevo revuelto con jamon	Sopes de pollo y/ chorizo
	Acompañamiento		Frijoles, Pan Dulce	Rollitos de Jamón, Cereal	Frijoles, Pan Dulce	Queso, crema, cebolla Pan dulce
	Opción Vegetariana		Chilaquiles Verdes	Coctel de frutas y granola	Omelette con verduras	Sopes de frijol
Bebida:	Agua de sabor		Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor
REFRIGERIO			Pepino y jicama	Naranjas	Manzana partidas	Sandia
			Barrita amaranto	Barra granola	Palanqueta	Palomitas
COMIDA	Bebidas	Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor	Agua de sabor
	Sopa	Spaguetti	Sopa de fideo	Arroz	Sopa de verduras	Caldo de pollo
	Plato Fuerte	Milanesas de pollo	Hamburguesas con papas	Albondigas	Tacos dorados de pollo	Bistec asado
	Guarnición	Pure de papa	Papas fritas, Ensalada de jitomate	Verduras al vapor	Ensalada de Nopales	Arroz blanco, totopos y guacaole
	Postre	Pay de limon	Danonino congelado	Imposible	Fresas con crema	Banana Cup
	Opción Vegetariana	Alambre de verduras y garbanzo	Hamburguesas con medallón de lentejas	Albondigas de soya	Tacos dorados de papa	Alambre de vegetales y queso
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	Tostadas de pollo	Sincronizadas	Molletes con pico de gallo	Sandwich a la plancha	
	Alternativa	Queso,crema,frijol,lec huga, cereal, pan	Pan dulce,ceral	Pan dulce, cereal	Pan dulce, cereal	
	Opción Vegetariana	Tostadas de frijol con aguacate	Burritos de huevo a la mexicana	Molletes con pico de gallo	Sandwich sin jamón de queso/aguacate	