

Entrega de Almuerzos: 8:00 am (máximo)

Hora de Almuerzo: 10:00 am

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4 Suspensión de labores	5 Pepinos con limón y sal Quesadillas de queso oaxaca Pico de gallo jitomate, cebolla y cilantro	6 Papaya Picadillo de res Zanahoria y papa Tostadas horneadas	7 Día de tiendita Enviar dinero para comprar o lunch individual	8 DÍA DE PREPARACIÓN Cocktail de frutas Sandía, melón, naranja, plátano, manzanas Yogurth natural Galletas de avena SOFÍA
	LIA	MEGHAN		
11 Jícamas en palitos Tinga de pollo Tortillas, sal y limón	12 Uvas Papas a la reina Papas horneadas, crema, jamón y queso	13 Fruta de temporada Lentejas con verduras tortillas	14 Actividad 14 de febrero convivio	15 DÍA DE PREPARACIÓN Nachos con guacamole Nachos horneados pollo deshebrado, aguacate jitomates, limón y sal (todo por separado) SAULO
MATEO M.	RAFAEL	MATEO I.		
18 Palitos de pepino con limón y sal Sandwiches de jamón, Queso panela rebanado Jitomate y aguacate	19 Palitos de zanahorias con limón y sal Chilaquiles (totopos) Salsa preparada en casa, queso panela y crema por separado. sal y pimienta	20 Melón en cubitos Ensalada de atún Atún, verduras y mayonesa Galletas horneadas	21 Día de tiendita Enviar dinero para comprar o lunch individual	22 DÍA DE PREPARACIÓN Fruta de temporada Enfrijoladas salsa de frijol queso y crema SEBASTIÁN
PAULO	CONSTANZA R.	DANNA		
25 Manzanas Taquitos dorados de pollo crema y queso	26 Zanahoria en palitos Albondiguitas de res en salsa de tomate Limones y sal	27 Sandía en cuadritos Ensalada Rusa pollo, papa, zanahoria, chicharos y mayonesa. Galletas saladas horneadas	28 Día de tiendita Enviar dinero para comprar o lunch individual	1º marzo Suspensión de labores Consejo Técnico Escolar
SALOMÉ	RETO	JULIETA		

Traer suficiente para 19 niños y 2 maestras ¡Bienvenida Victoria Valentina!

En búsqueda del beneficio de todos nuestros alumnos

les pedimos que consideren los siguientes lineamientos para la elaboración del lunch:

- Los alimentos deberán estar frescos, las verduras y frutas lavadas y desinfectadas.
- NO utilizar frijoles en lata o en empaque.
- El jamón deberá ser de pechuga de pavo de buena calidad.
- El yogurt deberá ser natural y sin azúcar. (No light)

Traer servilletas

Agradecemos de antemano su cooperación.

Nota: Si existe dificultad para realizar el menú que les toca pueden hacer uso del servicio de cafetería. Notificarlo con anticipación con Abigail Soqui Tel: 998 213 0223

Para agilizar la operación y logística de este proceso a partir del Lunes 14 de enero se regresará toda la comida que sobre en los tuppens enviados. Gracias por su comprensión