

Entrega de Almuerzos: 8:00 am (máximo)

Hora de Almuerzo: 10:00 am

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>4</p> <p>Jícamas en palitos Tinga de pollo Tortillas, sal y limón</p> <p>CONSTANZA</p>	<p>5</p> <p>Pepinos con limón y sal Quesadillas de queso oaxaca Pico de gallo jitomate, cebolla y cilantro</p> <p>NARDA</p>	<p>6</p> <p>Papaya Picadillo de res Zanahoria y papa Tostadas horneadas</p> <p>AURORA</p>	<p>7</p> <p>Fruta de temporada Spaguetti verde espinaca y crema</p> <p>OSCAR</p>	<p>8</p> <p>DÍA DE PREPARACIÓN Cocktail de frutas Sandía, melón, naranja, plátano, manzanas Yogurth natural Galletas de avena DAFNE</p>
<p>11</p> <p>Palitos de pepino con limón y sal Sandwiches de jamón, Queso panela rebanado Jitomate y aguacate</p> <p>MATEO</p>	<p>12</p> <p>Uvas Papas a la reina Papas horneadas, crema, jamón y queso</p> <p>CONSTANZA</p>	<p>13</p> <p>Fruta de temporada Lentejas con verduras tortillas</p> <p>NARDA</p>	<p>14</p> <p>Papaya Mini pizzas Pan árabe, salsa casera, pechuga de pavo, queso rayado</p> <p>AURORA</p>	<p>15</p> <p>DÍA DE PREPARACIÓN Nachos con guacamole Nachos horneados pollo deshebrado, aguacate jitomates, limón y sal (todo por separado) OSCAR</p>
<p>18</p> <p>Suspensión de labores</p>	<p>19</p> <p>Palitos de zanahorias con limón y sal Chilaquiles (totopos) Salsa preparada en casa, queso panela y crema por separado. sal y pimienta</p> <p>DAFNE</p>	<p>20</p> <p>Melón en cubitos Ensalada de atún Atún, verduras y mayonesa Galletas horneadas</p> <p>MATEO</p>	<p>21</p> <p>Plátanos Arroz con verduras barras de amaranto</p> <p>CONSTANZA</p>	<p>22</p> <p>Mandarinas Tamales</p> <p>NARDA</p>
<p>25</p> <p>Manzanas Taquito dorados de pollo crema y queso</p> <p>AURORA</p>	<p>26</p> <p>Zanahoria en palitos Albondiguillas de res en salsa de tomate Limonas y sal</p> <p>OSCAR</p>	<p>27</p> <p>Sandía en cuadritos Ensalada Rusa pollo, papa, zanahoria, chicharos y mayonesa. Galletas saladas horneadas</p> <p>DAFNE</p>	<p>28</p> <p>Fruta de temporada Mini molletes con bolillo Salsa pico de gallo (tomate picado, poca cebolla, cilantro y jugo de limón)</p> <p>MATEO</p>	<p>29</p> <p>DÍA DE PREPARACIÓN Fruta de temporada Enfrijoladas salsa de frijol queso y crema</p> <p>CONSTANZA</p>

Traer suficiente para 6 niños y 2 maestras

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