

Septiembre

Entrega de Almuerzos: 8:00 am (máximo)

Hora de Almuerzo: 10:00 am

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 Peras Jocoque natural Tostadas horneadas. Aguacate, lechuga picada tomates en rodajas (por separado) Christian	3 Fruta de temporada Ensalada de atún Atún con mayonesa y verduras Galletas horneadas Isabella	4 Papaya Picadillo de res Zanahoria y papa Tostadas horneadas Elena	5 Uvas Sopa de pasta caldosa con verduras Galletas de avena Carolina M.	6 DÍA DE PREPARACIÓN Plátanos Tostadas con frijoles Queso, crema, lechuga y jitomate Máximo G.
9 Jícama en palitos sal y limón Queso panela en cuadritos C/ caldillo de jitomate, calabazas en cuadrito y granos de elote Tortillas Kira	10 Sandía Papas a la reina Papas horneadas, crema, jamón y queso Priscilla	11 Fruta de temporada Hot cakes Miel de abeja pechuga de pavo Luis Máximo	12 Papaya Mini pizzas Pan árabe, salsa casera, pechuga de pavo, queso rayado Iker	13 Fruta de temporada Sanwiches Pan integral, pechuga de pavo queso panela, jitomate Christian
16 Suspensión de labores	17 Jícama en palitos sal y limón Tinga de pollo Tostada horneadas Isabella	18 Naranjas en gajos Tacos dorados de papa Crema y queso rayado Lechuga Elena	19 Melón en cubitos Frijoles con arroz Arroz blanco al vapor frijoles enteros Tostadas horneadas Carolina M.	20 Mango Nachos con guacamole Nachos horneados pollo deshebrado, aguacate jitomates, limón y sal (todo por separado) Máximo G.
23 Sandía en cubitos Lentejas c/verduras Tostadas horneadas Kira	24 Zanahoria en palitos Quesadillas de queso Oaxaca Pico de gallo (jitomate, cilantro, poca cebolla y limón) Priscilla	25 Melón en cuadritos Ensalada Rusa Pollo, papa, zanahoria, chícharos, y mayonesa Galletas habaneras Luis Máximo	26 Uvas Pasta verde con espinacas crema y elotitos Iker	27 Pepinos Enfrijoladas Tortillas, frijoles molidos, queso, crema Christian
30 Fruta de temporada Albondiguillas de res en salsa de tomate tostadas horneadas Isabella				

Traer suficiente para 9 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