



MENÚ DE ALIMENTOS

JUNIO 2022

LUN.	MAR.	MIÉ.	JUE.	VIE.	SÁB.	DOM.
		01	02	03	04	05
		<p>Desayuno: Huevo revuelto con ejotes, 1 tortilla, porción de fruta de temporada Té de sabor a elección del chef.</p> <p>Comida: Caldo tlalpeño sin picante (arroz, verduras, pollo). Fruta de temporada, Agua natural.</p>	<p>Desayuno: Quesadilla con embarradita de frijoles y en tortilla de harina ligera. Agua de piña con apio, porción de fruta de temporada.</p> <p>Comida: Sopa de municiones, pescado a la mexicana. Fruta de temporada. Agua de fruta natural.</p>	<p>Desayuno: Desayuno: Burrito de huevo a la mexicana, porción de fruta de temporada, té de sabor.</p> <p>Comida: Arroz rojo con chícharos y zanahorias, Tostadas de tinga de pollo. Fruta de temporada. Agua natural</p>		
06	07	08	09	10	11	12
<p>Desayuno: Taquito de calabacitas a la mexicana (calabaza, elote, jitomate, cebolla y queso panela). Leche entera. Fruta de temporada</p> <p>Comida: Sopa de fideo, tortitas de carne de</p>	<p>Desayuno: Molletes de frijoles y queso gratinado, con pico de gallo. Porción de fruta de temporada, té de limón.</p> <p>Comida: Spagetti blanco con verdura picada (calabaza y zanahoria), salpicón de res con tostadas. Fruta</p>	<p>Desayuno: Huevo revuelto con champiñones, fruta de temporada, agua de fruta natural.</p> <p>Comida: Sopa de fideo, calabazas rellenas con queso en caldillo de jitomate, acompañada de tortilla. Fruta de temporada. Agua natural.</p>	<p>Desayuno: Sandwich de pollo deshebrado con lechuga, jitomate y cebolla. Fruta de temporada, leche entera.</p> <p>Comida: Arroz blanco, fajitas de pollo, con tortilla. Fruta de temporada, agua de fruta natural.</p>	<p>Desayuno: Sincronizadas de jamón con queso y jitomate con tortilla de maíz, porción de fruta de temporada, té de sabor al tiempo.</p> <p>Comida: Sopa de papa y espinaca, enchiladas rellenas de queso Oaxaca en salsa de tomate, con crema y lechuga. Fruta de temporada, agua natural.</p>		

cerdo en caldillo de jitomate con calabazas y zanahorias. Fruta de temporada. Agua natural.

de temporada. Agua de fruta natural.

13

Desayuno:

Taquitos horneados de requesón con lechuga y crema. Porción de fruta de temporada, agua de fruta natural.

Comida: Sopa tarasca con juliana de zanahoria, pescado al gusto. Fruta de temporada, Agua de fruta natural.

14

Desayuno: Tortilla española con espinaca, porción de fruta de temporada. Té de sabor al tiempo.

Comida: Arroz blanco, bistec de res a la mexicana, tortilla. Fruta de temporada, agua natural.

15

Desayuno: Hojaldrita de ensalada de atún, fruta de temporada. Leche con coca sin azúcar.

Comida: Sopa de letras con zanahoria, rollitos de pollo rebanados rellenos de queso Oaxaca y espinaca. Fruta de temporada, agua de fruta natural.

16

Desayuno: Pan tostado con embarradita de frijoles, huevo revuelto encima y pico de gallo. Fruta de temporada, agua de fruta natural.

Comida: Arroz rojo a la mexicana, tacos horneados de queso panela con lechuga, crema y queso. Fruta de temporada. Agua natural.

17

Desayuno: Desayuno: Chapatita de verduras mixtas con queso gratinado, porción de fruta de temporada. Agua de sabor.

Comida: Sopa de verduras, milanesa de res con frijolitos. Fruta de temporada, Agua de fruta natural.

18

19

20

Desayuno: Hot dog con salchicha de pavo, pico de gallo, porción de fruta de temporada. Té de sabor al tiempo.

Comida: Sopa de verduras, tostadas de pollo con embarradita de frijoles, con lechuga,

21

Desayuno: Enfrijoladita rellena de pollo y nopales, con crema y queso. Fruta de temporada, agua de fruta natural.

Comida: Arroz rojo, albóndigas de res con calabazas y zanahorias. Fruta de temporada, agua natural.

22

Desayuno: Huevos revuelto con espinaca y frijoles, tortilla. Fruta de temporada, agua natural.

Comida: Sopa de plumita, dedos de pescado empanizado con ensalada verde. Fruta de temporada, agua de fruta natural.

23

Desayuno: Hojaldra de jamón con queso, lechuga y jitomate. Fruta de temporada, leche entera.

Comida: Pasta de tornillitos a la crema, chuletas de cerdo con verduras a la mantequilla, fruta de temporada. Agua natural.

24

NO HAY CLASE

25

26

aguacate, crema y queso. Fruta de temporada, agua de fruta natural.

27

Desayuno: Tlacoyo a la plancha con frijolitos con nopales, fruta de temporada, agua natural.

Comida: Consomé de pollo con verduras, pieza de pollo en salsa verde con papas. Fruta de temporada, agua de fruta natural.

28

Desayuno: Sandwich de huevo revuelto con espinaca, fruta de temporada, agua de fruta natural.

Comida: Espaguetti rojo, chambarete de res en salsa roja con ejotitos. Agua natural, fruta de temporada.

29

Desayuno: Hot cakes, con mermelada, leche entera, fruta de temporada.

Comida: Sopa de municiones con verduras, bistec a la plancha con papas a la francesa. Fruta de temporada, agua de fruta natural.

30

Desayuno: Cereal nesquik (SIN SELLOS) con leche entera. Fruta de temporada con yogurt natural (SIN SELLOS).

Comida: Sopa tarasca (de frijol) con juliana de tortilla, crema y queso. Pechuga a la plancha con ensalada de lechuga.
