

MENÚ

MARZO 2019

	Ampliación de Horario	Talleres vespertinos
	Preescolar	Primaria, Secundaria, Bachillerato
LUN 4	CODITOS CON MANTEQUILLA, PESCADO EMPANIZADO Y LECHUGA. GALLETAS SURTIDAS Y AGUA SOLA.	VERDURAS SALTEADAS, CROQUETAS DE ATÚN, ESPINACA CON NARANJA. PALETAS HELADAS DE AGUA Y FRUTA Y AGUA DE JAMAICA.
MAR 5	SOPA DE FIDEOS, PALOMITAS DE POLLO Y BRÓCOLI COCIDO. GELATINA DE AGUA Y AGUA SOLA.	ARROZ CON CREMA, QUESO Y CHILE POBLANO, PECHUGA A LA JARDINERA, FRIJOLES Y LECHUGA CON JÍCAMA. TAPIOCA Y AGUA DE HORCHATA.
MIÉR 6	SOPA DE LENTEJAS, TIRITAS DE MILANESA EMPANIZADAS, PEPINOS. BOMBÓN DE CHOCOLATE Y AGUA DE NARANJA.	ARROZ CON VERDURA, BISTEC EN SALSA VERDE, LECHUGA CON ZANAHORIA. CUPCAKES Y AGUA DE TAMARINDO.
JUE 7	TOSTADAS DE ATÚN Y FRIJOLES REFRITOS, LECHUGA. FLAN DE VAINILLA Y AGUA SOLA.	VERDURAS SALTEADAS, SPAGUETTI A LA BOLOÑESA, LEGHUGA, ESPINACA Y PEPINO. FLAN DE VAINILLA Y AGUA DE LIMÓN.
VIER 8	SALCHICHAS A LA PLANCHA, PAPAS A LA FRANCESA Y JÍCAMA. GALLETAS DE ANIMALITOS Y BOINGS DE SABORES.	ENFRIJOLADAS CON CREMA Y QUESO GRATINADO, PECHUGA ASADA Y LECHUGA CON JITOMATE. GOMITAS Y AGUA DE NARANJA.
LUN 11	TACOS DORADOS DE POLLO CON LECHUGA, CREMA Y QUESO. PANQUÉ DE NARANJA Y AGUA SOLA.	ARROZ BLANCO CON VERDURA, PECHUGA EMPANIZADA, FRIJOLES Y LECHUGA CON ARÁNDANOS Y AJONJOLÍ. FLAN DE CAFÉ Y AGUA DE PEPINO CON LIMÓN.
MAR 12	SOPA DE MUNICIONES, BISTEC FINGIDO, EJOTES COCIDOS. ATE DE MEMBRILLO Y AGUA SOLA.	PAPAS A LA FRANCESA, CARNE DE HAMBURGUESA Y SALCHIPULPOS, FRIJOLES Y LECHUGA CON ZANAHORIA. POSTRE DE NATILLA Y AGUA DE GUAYABA.
MIÉR 13	CREMA DE ELOTE, CROQUETAS DE PAPA Y PEPINOS. GELATINA DE AGUA Y AGUA DE LIMÓN.	CREMA DE CALABACITA, EMPANADA DE JAMÓN, QUESO CREMA, QUESO OAXACA Y PEPERONI Y ESPINACA CON NARANJA. GELATINA DE AGUA Y AGUA DE JAMAICA.
JUE 14	ESPAGUETI ROJO CON CREMA, PALOMITAS DE POLLO, BRÓCOLI COCIDO. BOMBONES Y AGUA SOLA.	CODITO CON CREMA DE ZANAHORIA, PICADILLO CON VERDURA Y JÍCAMA CON PEPINO. ENJAMBRE Y AGUA DE TAMARINDO.
VIER 15	HOJALDRE DE JAMÓN Y QUESO, ZANAHORIA Y JÍCAMA CON LIMÓN. PLÁTANOS Y BOINGS INDIVIDUALES.	PURÉ DE PAPA, PECHUGA EMPANIZADA EN CACAHUATE Y AMARANTO Y LECHUGA CON PEPINO. HUEVITOS DE CHOCOLATE Y AGUA DE LIMÓN.

MARZO 2019

	Ampliación de Horario Preescolar	Talleres vespertinos Primaria, Secundaria, Bachillerato
LUN 18	SUSPENSIÓN DE ACTIVIDADES	SUSPENSIÓN DE ACTIVIDADES
MAR 19	CREMA DE FRIJOL CON JULIANA DE TORTILLA, FAJITAS DE POLLO EMPANIZADAS Y LECHUGA. GELATINA DE AGUA Y AGUA SOLA.	SOPA DE VERDURA, LASAÑA DE CARNE Y ESPINACA Y LECHUGA CON PEPINO. FLAN DE CAFÉ Y AGUA DE JAMAICA.
MIÉR 20	CONSUMÉ DE POLLO CON ARROZ Y CUADRITOS DE PAPA, BISTEC FINGIDO, ENSALADA DE PEPINO. GALLETAS MARÍAS CON LECHE CONDENSADA Y AGUA DE NARANJA.	ENSALADA DE NOPALES, TLACOYOS CON POLLO Y CHORIZO, FRIJOLES Y LECHUGA CON ZANAHORIA. NIEVE DE GUANÁBANA Y AGUA DE GUAYABA.
JUE 21	ESPAGUETI CON BOLITAS DE CARNE, ENSALADA DE JÍCAMA. DONITAS DE CANELA Y AGUA SOLA.	ENCHILADAS VERDES CON CREMA Y QUESO HORNEADO, PECHUGA DE POLLO ASADO, FRIJOLES Y JÍCAMA CON BETABEL. BROWNIE Y AGUA DE NARANJA.
VIER 22	ARROZ BLANCO Y TACOS DORADOS DE PAPA CON LECHUGA, CREMA Y QUESO. HELADO DE LIMÓN Y AGUA SOLA.	ARROZ VERDE CON VERDURAS, ALAMBRE DE SALCHICHA, FRIJOLES Y LECHUGA CON ZANAHORIA. BARRA DE CHOCOLATE. AGUA DE LIMÓN.
LUN 25	FRIJOLES REFritos CON TOTOPOS, PALOMITAS DE POLLO Y LECHUGA. FLAN DE CAJETA Y AGUA SOLA.	VERDURAS SALTEADAS, LASAÑA DE CARNE Y ESPINACA Y LECHUGA CON PEPINO. TIRAMISÚ Y AGUA DE LIMÓN.
MAR 26	PAELLA CAMPESINA, ENSALADA DE PEPINO Y JÍCAMA. ENSALADA DE FRUTA Y AGUA SOLA.	PICO DE GALLO, TACOS DORADOS DE POLLO, FRIJOLES Y LECHUGA CON PEPINO. GALLETA DE GARABATO Y AGUA DE JAMAICA.
MIÉR 27	TOSTADAS DE ATÚN CON MAYONESA Y FRIJOLES REFritos, LECHUGA. GELATINA DE AGUA Y AGUA DE LIMÓN.	CODITOS CON CREMA DE CALABACITA, POLLO PIBIL, FRIJOLES Y LECHUGA CON JÍCAMA. ARROZ CON LECHE Y AGUA DE NARANJA.
JUE 28	SOPA DE OJITOS, SALCHICHAS A LA PLANCHA Y BRÓCOLI CON COLIFLOR. ROSCA DE NARANJA Y AGUA SOLA.	CODITOS CON CREMA DE CALABACITA, POLLO PIBIL, FRIJOLES Y LECHUGA CON JÍCAMA. ARROZ CON LECHE Y AGUA DE NARANJA.
VIER 29	ARROZ ROJO, TIRITAS DE MILANESA EMPANIZADAS, ENSALADA DE PEPINO Y AGUA SOLA. PALETAS HELADAS SURTIDAS.	ARROZ BLANCO CON VERDURA, PAN ÁRABE CON BISTEC, CHORIZO Y QUESO, FRIJOLES Y LECHUGA CON Jitomate. CERECITAS Y AGUA DE JAMAICA.