

MENÚ DE DESAYUNO



	Martes 1 <u>Suspensión de clases</u>	Miércoles 2 <u>Enfrijoladas (2 piezas de tortilla de maíz bañadas en frijoles)</u> <u>Acompañadas de queso fresco</u> <u>Bebida: Jugo chico de frutas</u>	Jueves 3 <u>Huevo con tortilla</u> <u>Guarnición: 2 tortillas de maíz y frijoles</u> <u>Bebida: jugo de frutas chico o leche</u>	Viernes 4 <u>Quesadillas con jamón de pavo</u> <u>Guarnición: fruta picada</u> <u>Bebida: jugo de frutas chico</u>
Lunes 7 <u>Chilaquiles en salsa de tomate</u> <u>Acompañados con crema, queso fresco y frijoles</u> <u>Bebida: jugo de frutas chico</u>	Martes 8 <u>Enfrijoladas (2 piezas de tortilla de maíz bañadas en frijoles)</u> <u>Acompañadas de queso fresco</u> <u>Bebida: Jugo chico de frutas</u>	Miércoles 9 <u>Huevo con papas</u> <u>Guarnición: 2 tortillas de maíz y frijoles</u> <u>Bebida: jugo de frutas chico o leche</u>	Jueves 10 <u>Quesadillas con jamón de pavo</u> <u>Guarnición: fruta picada</u> <u>Bebida: jugo de frutas chico</u>	Viernes 11 <u>Hot cakes con plátano</u> <u>Acompañados de manzana rebanada</u> <u>Bebida: vaso de leche chico</u>
Lunes 14 <u>Cereal cheerios con leche entera</u> <u>1 taza de cereal</u> <u>½ plátano</u>	Martes 15 <u>Huevo revuelto con jamón de pavo</u> <u>Guarnición: 2 tortillas de maíz y frijoles</u> <u>Bebida: jugo de frutas chico o leche</u>	Miércoles 16 <u>Quesadillas con jamón de pavo</u> <u>Guarnición: fruta picada</u> <u>Bebida: jugo de frutas chico</u>	Jueves 17 <u>Hot cakes de avena con plátano</u> <u>Acompañados de manzana rebanada</u> <u>Bebida: vaso de leche chico</u>	Viernes 18 <u>Enfrijoladas (2 piezas de tortilla de maíz bañadas en frijoles)</u> <u>Acompañadas de queso fresco</u> <u>Bebida: Jugo chico de frutas</u>
Lunes 21 <u>Hot cakes con plátano</u> <u>Acompañados de manzana rebanada</u> <u>Bebida: vaso de leche chico</u>	Martes 22 <u>Enfrijoladas (2 piezas de tortilla de maíz bañadas en frijoles)</u> <u>Acompañadas de queso fresco</u> <u>Bebida: Jugo chico de frutas</u>	Miércoles 23 <u>Chilaquiles en salsa de tomate</u> <u>Acompañados con crema, queso fresco y frijoles</u> <u>Bebida: jugo de frutas chico</u>	Jueves 24 <u>Molletes con frijoles (2 mitades)</u> <u>Acompañadas de queso gratinado y salsa mexicana sin chile (pico de gallo)</u> <u>Bebida: Jugo de frutas chico</u>	Viernes 25 <u>CTE</u>

MENÚ DE DESAYUNO



Lunes 28 <u>Hot cakes con manzana</u> <u>Acompañados de manzana rebanada</u> <u>Bebida:</u> vaso de leche chico	Martes 29 <u>Huevo con jamón</u> <u>Guarnición: 2 tortillas de maíz y frijoles</u> <u>Bebida:</u> jugo de frutas chico o leche	Miercoles 30 <u>Molletes con frijoles (2 mitades)</u> <u>Acompañadas de queso gratinado y salsa mexicana sin chile (pico de gallo)</u> <u>Bebida:</u> Jugo de frutas chico	Jueves 31 <u>Quesadillas con jamón de pavo</u> <u>Guarnición: fruta picada</u> <u>Bebida:</u> jugo de frutas chico	
---	--	--	--	--

- El costo del desayuno es de \$70 pesos por día.
- Además de los desayunos se sigue ofreciendo menú abierto con alimentos como quesadillas, sincronizadas, molletes, nachos y otros snacks.
- El pago de desayunos se deberá hacer con anticipación en recepción.
- También se puede dejar una especie de "saldo a favor" para que el alumno vaya consumiendo lo que desee del resto del menú, o bien enviar dinero con los alumnos.
- No será posible hacer pagos posteriores al consumo, eviten la pena de negarle alimentos a los alumnos.

Menú elaborado por Licenciada en Nutrición Ana Lourdes Fernández.

Menú elaborado por Licenciada en Nutrición Ana Lourdes Fernández.