

Desayuno infantil *SOLO MATERNELLE Y PRIMARIA

| Desayuno | Lunes 29 | Martes 30 | Miércoles 1 | Jueves 2 | Viernes 3 |
|----------|--|--|--|---|---|
| | Burritos de pollo Aguacate Fruta Bebida | Huevo ahogado Frijoles Fruta Bebida | Quesadillas con jamón Guacamole Fruta Bebida | Chilaquiles verdes Frijoles Fruta Bebida | Tacos de ollita (frijol y papa) Fruta Bebida |

Comida extraescolares

| Comida | Lunes 29 | Martes 30 | Miércoles 1 | Jueves 2 |
|--------|--|--|---|--|
| | Pacholas de res Sopa Zanahoria rallada Postre Bebida | Espaguetti Alfredo con brócoli Fruta Postre Bebida | Lomo con champiñones Arroz Postre Bebida | Pollo a la mostaza con papas y verduras Ensalada Postre Bebida |

Desayuno infantil *SOLO MATERNELLE Y PRIMARIA

| | Lunes 6 | Martes 7 | Miércoles 8 | Jueves 9 | Viernes 10 |
|----------|---------------------|-----------------------|---------------------|-------------|--------------------|
| Desayuno | Molletes | Omelette de espinacas | Sándwich de jamón | Chilaquiles | Flautas de pollo |
| | Pepino en rebanadas | con queso | de pavo con verdura | Frijoles | Zanahoria y jícama |
| | Fruta | Frijoles | Galletita de avena | Fruta | rallada |
| | Bebida | Fruta | Fruta | Bebida | Fruta |
| | | Bebida | Bebida | | Bebida |

Comida extraescolares

| | Lunes 6 | Martes 7 | Miércoles 8 | Jueves 9 |
|--------|-------------------------|--------------------------|--------------------------|------------------|
| Comida | Picadillo de deshebrada | Ramen vegetariano | Cochinita pibil de pollo | Lomo en salsa de |
| | Arroz con calabacitas | (opción de completar con | Frijoles | cilantro |
| | Postre | pollo) | Postre | Sopa de verduras |
| | Bebida | Postre | Bebida | Fruta |
| | | Bebida | | Bebida |

Desayuno infantil *SOLO MATERNELLE Y PRIMARIA

| | Lunes 13 | Martes 14 | Miércoles 15 | Jueves 16 | Viernes 17 |
|----------|--------------------------|---------------|----------------|------------------------|------------------|
| Desayuno | Huevo revuelto con jamón | Niño envuelto | Hot cakes | Chilaquiles gratinados | Crepa de Nutella |
| | Frijoles | Fruta | Huevo revuelto | Fruta | Fruta |
| | Fruta | Bebida | Fruta | Bebida | Bebida |
| | Bebida | | Bebida | | |

Comida extraescolares

| | Lunes 13 | Martes 14 | Miércoles 15 | Jueves 16 |
|--------|--------------------|---------------------|--------------------------|-----------------|
| Comida | Pollo con verduras | Sopa de pasta | Espaguetti a la boloñesa | Tacos de bistek |
| | Arroz | Ceviche de lentejas | Verduras salteadas | Verdura |
| | Postre | Tostadas | Postre | Frijoles |
| | Bebida | Postre | Bebida | Postre |
| | | Bebida | | Bebida |



Desayuno y comida

*Opción para el resto de la comunidad del CFM

| | Lunes 29 | Martes 30 | Miércoles 1 | Jueves 2 | Viernes 3 |
|----------|---|--|--|---|------------------------------------|
| Desayuno | Burritos de pierna Ensalada Fruta Bebida | Huevo ahogado Frijoles Fruta Bebida | Quesadillas con jamón Guacamole Fruta Bebida | Chilaquiles verdes Frijoles Fruta Bebida | Tacos de ollita Fruta Bebida |

| | Lunes 29 | Martes 30 | Miércoles 1 | Jueves 2 |
|--------|---|---|--|---|
| Comida | Pacholas de res Crema de zanahoria Ensalada Postre Bebida | Espaguetti Alfredo vegetariano Ensalada Postre Bebida | Lomo en salsa roja de champiñones Arroz Postre Bebida | Pollo a la mostaza con papas Ensalada Postre Bebida |



Desayuno y comida

*Opción para el resto de la comunidad del CFM

| | Lunes 6 | Martes 7 | Miércoles 8 | Jueves 9 | Viernes 10 |
|----------|---|---|--|---|-------------------------------------|
| Desayuno | Molletes con chorizo Salsa mexicana Fruta Bebida | Omelette de espinacas con queso Frijoles Fruta Bebida | Tapas de selva negra y guacamole Fruta Bebida | Chilaquiles rojos Frijoles Fruta Bebida | Flautas de pollo Fruta Bebida |
| Comida | Lunes 6 Picadillo de deshebrada Arroz Tostadas Postre Bebida | Martes 7 Ramen vegetariano Ensalada Postre Bebida | Miércoles 8 Cochinita pibil de pollo Frijoles Crema de calabacita Postre Bebida | Jueves 9 Lomo en salsa de cilantro Sopa de verduras Fruta Bebida | |

Desayuno y comida

*Opción para el resto de la comunidad del CFM

| | Lunes 13 | Martes 14 | Miércoles 15 | Jueves 16 | Viernes 17 |
|----------|---|--|--|---|---|
| Desayuno | Huevo revuelto con jamón y tocino Frijoles Fruta Bebida | Club sándwich Ensalada Futa Bebida | Hot cakes Huevo Fruta Bebida | Chilaquiles gratinados Frijoles Fruta Bebida | Sopes Fruta Bebida |
| Comida | Pollo almendrado Arroz Verduras salteadas Postre Bebida | Ceviche de lentejas Sopa de pasta Tostadas Postre Bebida | Espaguetti a la boloñesa Ensalada Postre Bebida | Jueves 16 | Alambre de res Ensalada de nopales Postre Bebida |