

Desayuno infantil *SOLO MATERNELLE Y PRIMARIA

Desayuno	Lunes 3	Martes 4	Miércoles 5	Jueves 6	Viernes 7
	Burritos de huevo Frijoles Fruta Bebida	Waffles de avena Compota de frutos rojos Fruta Bebida	Omelette de champiñones Pepino en rebanadas Fruta Bebida	Chilaquiles rojos Frijoles Fruta Bebida	Sincronizada Zanahoria rallada Fruta Bebida

Comida extraescolares

Comida	Lunes 3	Martes 4	Miércoles 5	Jueves 6
	Pollo a la toscana (crema y jitomate cherry) Arroz blanco Ensalada Postre Bebida	Pasta en salsa de brócoli Ejotes Fruta Postre Bebida	Lomo a la naranja Puré de papa Ensalada Postre Bebida	Carne en su jugo Frijoles Mix de verduras Postre Bebida

Desayuno infantil *SOLO MATERNELLE Y PRIMARIA

Desayuno	Lunes 10	Martes 11	Miércoles 12	Jueves 13	Viernes 14
	Wrap de huevo con espinacas y queso	Quesadillas	Croissant de atún	Chilaquiles a la crema	Huevo con jamón
	Frijoles	Guacamole	Ensalada	Frijoles	Mini galleta de avena
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Bebida	Bebida	Bebida	Bebida	Bebida

Comida extraescolares

Comida	Lunes 10	Martes 11	Miércoles 12	Jueves 13
	Enchiladas Suizas	Yakimeshi	Lasaña	Pollo a las finas hierbas
	Ensalada	Verduras orientales	Ensalada	Sopa de verduras
	Postre	Postre	Postre	Fruta
	Bebida	Bebida	Bebida	Bebida

Desayuno infantil *SOLO MATERNELLE Y PRIMARIA

Desayuno	Lunes 17	Martes 18	Miércoles 19	Jueves 20	Viernes 21
		Molletitos tradicionales Salsa mexicana Fruta Bebida	Brioche de huevo Ensalada Fruta Bebida	Chilaquiles verdes Fruta Bebida	Croissant de jamón y queso Fruta Bebida

Comida extraescolares

Comida	Lunes 17	Martes 18	Miércoles 19	Jueves 20
		Picadillo vegetariano Papas al perejil Tostadas Postre Bebida	Menú ganador de concurso "Diseña tu menú escolar"	Pescado empanizado Arroz Ensalada Postre Bebida



Desayuno infantil *SOLO MATERNELLE Y PRIMARIA

Desayuno	Lunes 24	Martes 25	Miércoles 26	Jueves 27	Viernes 28
	Huevo con ejotes Frijoles Fruta Bebida	Croque monsieur Zanahoria con arándanos Fruta Bebida	Hot cakes Huevo revuelto Fruta Bebida	Chilaquiles rojos Frijoles Fruta Bebida	Quesadillas Mix de verdura Fruta Bebida

Comida extraescolares

Comida	Lunes 24	Martes 25	Miércoles 26	Jueves 27
	Menú ganador de concurso "Diseña tu menú escolar" 	Salpicón vegetariano Arroz Tostadas Postre Bebida	Menú ganador de concurso "Diseña tu menú escolar" 	Pacholas de res Sopa Postre Bebida

Desayuno y comida

***Opción para el resto de la comunidad del CFM**

Desayuno	Lunes 3	Martes 4	Miércoles 5	Jueves 6	Viernes 7
	Burritos de huevo con chilorio Frijoles Fruta Bebida	Waffles de avena Compota de frutos rojos Fruta Bebida	Omelette de champiñones bañado Ensalada Fruta Bebida	Chilaquiles rojos Frijoles Fruta Bebida	Tacos de pescado Fruta Bebida
Comida	Lunes 3	Martes 4	Miércoles 5	Jueves 6	
	Pollo a la toscana (crema y jitomate cherry) Arroz blanco Ensalada Postre Bebida	Pasta en salsa de brócoli Ejotes gratinados Fruta Postre Bebida	Lomo a la naranja Puré de papa Ensalada Postre Bebida	Carne en su jugo Frijoles Mix de verduras Postre Bebida	



Noviembre



Desayuno y comida

***Opción para el resto de la comunidad del CFM**

Desayuno	Lunes 10	Martes 11	Miércoles 12	Jueves 13	Viernes 14
	Wrap de huevo con espinacas y queso	Quesadillas	Bagel de atún	Chilaquiles a la crema	Torta cubana
	Frijoles	Guacamole	Ensalada	Frijoles	Fruta
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Bebida
	Bebida	Bebida	Bebida	Bebida	
Comida	Lunes 10	Martes 11	Miércoles 12	Jueves 13	Viernes 14
	Enchiladas Suizas	Yakimeshi	Lasaña	Pollo a las finas hierbas	
	Ensalada	(opción de agregar pollo)	Ensalada	Sopa de verduras	
	Postre	Verduras orientales	Postre	Fruta	
	Bebida	Postre	Bebida	Bebida	
		Bebida			



Noviembre



Desayuno y comida

*Opción para el resto de la comunidad del CFM

Desayuno	Lunes 17	Martes 18	Miércoles 19	Jueves 20	Viernes 21
		Molletes tradicionales Salsa mexicana Fruta Bebida	Brioche de huevo Ensalada Fruta Bebida	Chilaquiles verdes Fruta Bebida	Papa rellena Fruta Bebida
Comida	Lunes 17	Martes 18	Miércoles 19	Jueves 20	
		Picadillo vegetariano Papas al perejil Verduras salteadas Postre Bebida	Menú ganador de concurso "Diseña tu menú escolar"	Pescado empanizado Arroz Ensalada Postre Bebida	



Noviembre



Desayuno y comida

*Opción para el resto de la comunidad del CFM

Desayuno	Lunes 24	Martes 25	Miércoles 26	Jueves 27	Viernes 28
	Huevo con ejotes y chorizo Frijoles Fruta Bebida	Croque monsieur Ensalada Fruta Bebida	Hot cakes Huevo Fruta Bebida	Chilaquiles rojos al chipotle Frijoles Fruta Bebida	Huaraches Fruta Bebida
Comida	Lunes 24	Martes 25	Miércoles 26	Jueves 27	
	Menú ganador de concurso “Diseña tu menú escolar” 	Salpicón vegetariano Arroz Tostadas Postre Bebida	Menú ganador de concurso “Diseña tu menú escolar” 	Pacholas de res Sopa Ensalada Postre Bebida	

