

## Desayuno infantil \*SOLO MATERNELLE Y PRIMARIA

	Lunes 1	Martes 2	Miércoles 3	Jueves 4	Viernes 5
Desayuno	Sándwich de panela con jamón Aguacate en rebanadas Fruta Bebida	Omelette de queso Frijoles Fruta Bebida	Sincronizadas Pepino en trozo Fruta Bebida	Chilaquiles rojos Frijoles Fruta Bebida	Burrito de huevo revuelto Frijoles Fruta Bebida

## Comida extraescolares

	Lunes 1	Martes 2	Miércoles 3	Jueves 4
Comida	Pollo a la mostaza con papas Verduras salteadas Ensalada Postre Bebida	Sopa de pasta Ceviche de lentejas Postre Bebida	Cochinita pibil Arroz Postre Bebida	Bisteck en salsa verde con verduras Sopa Postre Bebida

## Desayuno infantil \*SOLO MATERNELLE Y PRIMARIA

Desayuno	Lunes 8	Martes 9	Miércoles 10	Jueves 11	Viernes 12
	Sándwich de jamón de pavo con verdura	Huevo ahogado	Crepas de pollo con espinacas	Chilaquiles	Quesadillas
	Fruta	Frijoles	Ensalada	Frijoles	Fruta
	Bebida	Fruta	Fruta	Fruta	Bebida
		Bebida	Bebida	Bebida	

## Comida extraescolares

Comida	Lunes 8	Martes 9	Miércoles 10	Jueves 11
	Chuleta ahumada	Pasta Alfredo con champiñones	Pozole	Pollo chop suey
	Verduras al horno	Verduras salteadas	Tostadas	Arroz
	Crema de verduras	Postre	Postre	Fruta
	Postre	Bebida	Bebida	Bebida
	Bebida			

## Desayuno infantil \*SOLO MATERNELLE Y PRIMARIA

Desayuno	Lunes 15	Martes 16	Miércoles 17	Jueves 18	Viernes 19
	Bagel de selva negra Fruta Bebida	Huevo a la mexicana Frijoles Fruta Bebida	Burritos de pierna Ensalada Fruta Bebida	Chilaquiles Frijoles Fruta Bebida	Crepa de nutella con fresas y plátano Fruta Bebida

## Comida extraescolares

Comida	Lunes 15	Martes 16	Miércoles 17	Jueves 18
	Pasta al pesto con lomo Ensalada Postre Bebida	Tortas de verduras con quinoa y queso Sopa Postre Bebida		Menú pendiente

## Desayuno y comida

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

Desayuno	Lunes 1	Martes 2	Miércoles 3	Jueves 4	Viernes 5
	Tapas de panela con jamón y aguacate Ensalada Fruta Bebida	Omelette de tocino y queso Frijoles Fruta Bebida	Sincronizadas Ensalada Fruta Bebida	Chilaquiles rojos Frijoles Fruta Bebida	Lonche de pastor Fruta Bebida

  

Comida	Lunes 1	Martes 2	Miércoles 3	Jueves 4
	Pollo a la mostaza con papas Verduras salteadas Crema de zanahoria Postre Bebida	Sopa de pasta Ceviche de lentejas Tostadas Postre Bebida	Cochinita pibil Arroz Ensalada Postre Bebida	Bisteck en salsa verde con verduras Sopa Postre Bebida

## Desayuno y comida

\*Opción para el resto de la comunidad del CFM

Desayuno	Lunes 8	Martes 9	Miércoles 10	Jueves 11	Viernes 12
	Club sándwich Ensalada Fruta Bebida	Huevo ahogado Frijoles Fruta Bebida	Crepas de pollo con espinacas Ensalada Fruta Bebida	Chilaquiles Frijoles Fruta Bebida	Quesadillas Fruta Bebida

  

Comida	Lunes 8	Martes 9	Miércoles 10	Jueves 11
	Chuleta ahumada Verduras al horno Crema de verduras Postre Bebida	Pasta Alfredo con champiñones Verduras salteadas Postre Bebida	Pozole Tostadas Postre Bebida	Pollo chop suey Arroz Fruta Bebida

## Desayuno y comida

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

	Lunes 15	Martes 16	Miércoles 17	Jueves 18	Viernes 19
Desayuno	Bagel de selva negra Ensalada Fruta Bebida	Huevo a la mexicana Frijoles Fruta Bebida	Burritos de pierna Ensalada Fruta Bebida	Chilaquiles Frijoles Fruta Bebida	Tacos de barbacoa Fruta Bebida
Comida	Pasta al pesto con lomo Ensalada Postre Bebida	Tortas de verduras con quinoa y queso Sopa Postre Bebida			Menú pendiente