

**Lunes**

**Martes**

**Miércoles**

**Jueves**

**Viernes**

**4** Desayuno Week 2  
 Leche  
 Manzana  
 Ojuelas de Cereal Multigrano  
Comida  
 Leche  
 Chabacano  
 Hamburguesa de Res  
 Verduras Mixtas  
 Pan de Trigo Integral  
Bocadillo  
 Barita de Queso  
 Naranja

**5** Desayuno Week 2  
 Leche  
 Baritas de Pan Francés Tostad  
 Pera  
Comida  
 Leche  
 Manzana  
 Pierna de Pollo  
 Jitomate Fresco  
 Sandía Fresca o  
 barra de pan para  
Bocadillo  
 Leche  
 Cereal Integral Rice Krispies

**6** Desayuno Week 2  
 Leche  
 Avena  
 Piña Machacada  
 Pasas  
Comida  
 Leche  
 Frijoles Refritos  
 Ensalada de Col  
 Fresa  
 Tanjarina o  
 Tortilla de Trigo Integral  
Bocadillo  
 Barita de Queso  
 Durazno

**7** Desayuno Week 2  
 Leche  
 Plátano Fresco  
 Cereal Crispix  
Comida  
 Leche  
 Pecho de Res Asado  
 Zanahoria  
 Naranja  
 Mini Panecillo de Grano Entero  
Bocadillo  
 Leche  
 Pescados Dorados de Galleta

**1** Desayuno Week 1  
 Leche  
 Plátano Fresco  
 Mollete con Arándanos Azules  
Comida  
 Leche  
 Pan de Trigo Integral  
 Melón  
 Coliflor  
 Ensalada de Atún  
Bocadillo  
 Leche  
 Cereal Integral Rice Krispies

**8** Desayuno Week 2  
 Leche  
 Manzana  
 Mollete con Plátano  
Comida  
 Leche  
 Pan de Trigo Integral  
 Brócoli  
 Melón  
 Rebanada de Pavo  
Bocadillo  
 Quesadilla

**11** Desayuno Week 3  
 Leche  
 Cereal Cheerios  
 Naranja  
Comida  
 Leche  
 Manzana  
 Chícharos  
 Macarrón y Queso  
 Sandía Fresca o  
Bocadillo  
 Galletas de Trigo Integral  
 Pera

**12** Breakfast Week 3  
 Leche  
 Puré de Manzana  
 Baritas de Waffle  
Lunch  
 Leche  
 Pierna de Pollo  
 Ensalada de Espinaca  
 Pan de Grano Integral  
 Naranja  
Snack  
 Manzana  
 Mantequilla de Semilla de Gira

**13** Breakfast Week 3  
 Leche  
 Bizcocho de Trigo Integral  
 Durazno  
Lunch  
 Leche  
 Melón  
 Arroz y Frijoles  
 Jitomate Picado  
Snack  
 Leche  
 Chex de fresa

**14** Breakfast Week 3  
 Leche  
 Plátano Fresco  
 Bagel de Trigo Integral  
Lunch  
 Leche  
 Zanahoria  
 Ensalada de Pollo  
 Fresa  
 Tanjarina o  
 la ciabatta  
Snack  
 Requesón  
 Piña Machacada

**15** Breakfast Week 3  
 Leche  
 Mollete con Plátano  
 Naranja  
Lunch  
 Leche  
 Chabacano  
 Queso Suizo  
 Tortilla de Trigo Integral  
 Varitas de Calabacita  
Snack  
 Leche  
 Galletas Cheese-It

**18** Desayuno Week 4  
 Leche  
 Manzana  
 Cereal Integral Rice Krispies  
Comida  
 Leche  
 Hamburguesa de Res  
 Elote  
 Naranja  
 Pan de Trigo Integral  
Bocadillo  
 Galletas Cheese-It  
 Durazno

**19** Desayuno Week 4  
 Leche  
 Piña Machacada  
 Bagel de Trigo Integral  
Comida  
 Leche  
 Chabacano  
 Frijoles Refritos  
 Queso Cheddar  
 Jitomate Picado  
 Tortilla de Trigo Integral  
Bocadillo  
 Leche  
 Cereal Cheerios de Grano Inte

**20** Desayuno Week 4  
 Leche  
 Plátano Fresco  
 Avena  
Comida  
 Leche  
 Enchilada de Queso con Salsa  
 Ensalada de Lechuga Romana  
 Naranja  
Bocadillo  
 Puré de Garbanzo  
 Varitas de Verduras Melody

**21** Desayuno Week 4  
 Leche  
 Chabacano  
 Baritas de Pan Francés Tostad  
Comida  
 Leche  
 Ensalada de Col  
 Mango  
 Tortilla de Trigo Integral  
 Rollo de Pavo y Queso  
Bocadillo  
 Plátano Fresco  
 Barita de Queso

**22** Desayuno Week 4  
 NO CLASES  
 NO CLASES  
 NO CLASES  
Comida  
 NO CLASES  
 NO CLASES  
 NO CLASES  
 NO CLASES  
 NO CLASES  
 NO CLASES  
Bocadillo  
 NO CLASES  
 NO CLASES