

CYCLE MENU Full & Extended Day 2018 2019 Children 3 to 5 years

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
Cereal Cheerios de grano entero General Mills, Duraznos, Leche 1% - Hamburguesas en bollos integrales, Rebanadas de camote al horno, Pedacitos de kiwi, Leche 1% - Rebanadas de manzana y queso, Galletas de grano entero, Agua	Croquetas de huevo, Pan tostado integral, Mandarinas naranjas, Leche 1% - Burritas de frijoles con queso en tortillas integrales, Ensalada de espinacas, Pedacitos de mango, Leche 1% - Tiritas de vegetales (zanahorias, broccoli) aderezo de yogurt, Galletas Ritz, Agua	Pancake de grano entero, Fresas, Leche 1% - Sopa de pollo con vegetales, Rebanadas de manzana, Bollos integrales, Leche 1% - Yogurt Yami de vainilla bajo en grasa, Bayas, Cereal Kix de grano entero General Mills, Agua	Cereal arroz Chex de grano entero, Banana, Leche 1% - Pizza de queso, Pedacitos de piña, Tiritas de morrón rojo, Leche 1% - Huevos cocidos, Pepinos, Galletas de grano entero, Agua	Quesadilla con tortillas de grano entero, Peras, Leche 1% - Bacalao O Haddock, Arroz integral, Ensalada lechuga romana, Rebanadas de naranjas, Leche 1% - Requesón, Pedacitos de melón, Mini bagels integrales
6	7	8	9	10
Avena de grano entero, Moras, Leche 1% - Taco de pollo con tortillas integrales, Queso rallado, Pedacitos de mango, Ensalada de espinacas, Leche 1% - Rebanadas de jitomate y queso, Pan de grano entero, Agua	Cereal Kix de grano entero General Mills, Mandarinas naranjas, Leche 1% - Macarrón con queso, Bollos integrales, Brócoli al vapor, Manzanas, Leche 1% - Tiritas de vegetales, Frijoles fritos, Galletas Ritz, Agua	Yougurt Yami de vainilla bajo en grasa, Bananas, Leche 1% - Sándwich de pavo en pan integral, Pedacitos de melón, Ensalada de lechuga romana, Leche 1% - Quesadilla en tortillas integrales, Rebanadas de naranja, Agua	Mini bagels, Queso crema, Pedacitos de piña, Leche 1% - Salmón con rebanadas de limón, Arroz integral, Kiwi, Zanahorias, Leche 1% - Requesón, Peras, Wheat Thins de grano entero, Agua	Cereal de maíz Chex de grano entero General Mills, Rebanadas de naranja, Leche 1% - Sopa de lentejas O de Minestrone, Queso rallado, Bollos integrales, Pedacitos de melón, Leche 1% - Galletas Graham, Banana, Leche 1%
11	12	13	14	15
Cereal Kix de grano entero General Mills, Duraznos, Leche 1% - Croquetas des pescado en bollos integrales, Tiritas de zanahoria, Rebanadas de Kiwi, Leche 1% - Rollo de frijoles con pepino en tortillas de grano entero, Agua	Pan tostado de grano entero, Leche 1% - Sopa vegetariana, Queso rallado, Mandarinas naranjas, Ensalada de Lechuga romana, Totopos de grano Entero, Leche 1% - Cereal de arroz Mills General Mills Bananas, Leche 1%	Croquetas de huevos, Pan tostado Integral, Peras, Leche 1% - Poll al horno, Brócoli al vapor, Pedacitos de Melón, Bollos integrales, Leche 1% - Tiritas de vegetales, Queso, Pan de grano entero, Agua	Cereal Cheerios de grano entero General Mills, Bananas, Leche 1% - Lasaña vegetariana, Ensalada de Espinacas, Pedacitos de piña, Pan de grano entero, Leche 1% - Huevos cocidos, Galletas Ritz, Naranjas, Agua	Mufin de avena, Puré de manzana, Leche 1% - Muslos de pollo, Arroz integral, Vegetales mixtos, Pedacitos de melón verde, Leche 1% - Quesadilla con tortilla integral, Pedacitos de mango, Agua
16	17	18	19	20
Mini bagels integrales, Queso crema, Moras, Leche 1% - Croquetas de pollo en bollos integrales, Rebanadas de jitomate, Naranjas, Leche 1% - Tiritas de vegetales y aderezo, Wheat Thins de grano entero, Agua	Avena de grano entero, Bananas, Leche 1% - Espagueti de grano entero y albóndigas, Ensalada de espinacas, Fresas, Pan de grano entero, Leche 1% - Yougurt Yami de vainilla bajo en grasa, Moras, Cheerios de grano entero, Agua	Cereal de arroz Chex de grano entero General Mills, Mandarinas naranjas, Leche 1% - Arroz integral con frijoles, Queso rallado, Tiritas de morrón rojo, Pedacitos de melón, Leche 1% - Rollos de queso crema con pepinos en tortillas de grano entero, Agua	Waffle de grano entero, Fresas, Leche 1% - Sándwich de ensalada de atún en pan integral, Brócoli, Pedacitos de mango, Leche 1% - Requesón, Bananas, Leche 1%	Yogurt Yami de vainilla bajo en grasa, Pedacitos de piña, Leche 1% - Pollo empanizado, Bollos integrales, Ensalada de lechuga romana, Rebanadas de manzana, Leche 1% - Galletas Ritz, Rebanadas de queso, Rebanadas de jitomate.

Esta institución es proveedor de oportunidades iguales para todos. La leche que se sirve es 1% sin sabor.

CYCLE MENU Medio Día 2018/2019 Niños de 3 a 5 años de edad

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
Cereal Cheerios de grano entero General Mills, Duraznos, Leche 1% - Hamburguesas en bollos integrales, Rebanadas de camote al horno, Pedacitos de kiwi, Leche 1% -	Croquetas de huevo, Pan tostado integral, Mandarinas naranjas, Leche 1% - Burritas de frijoles con queso en tortillas integrales, Ensalada de espinacas, Pedacitos de mango, Leche 1%	Pancake de grano entero, Fresas, Leche 1% - Sopa de pollo con vegetales, Rebanadas de manzana, Bollos integrales, Leche 1%	Cereal arroz Chex de grano entero, Banana, Leche 1% - Pizza de queso, Pedacitos de piña, Tiritas de morrón rojo, Leche 1%	Quesadilla con tortillas de grano entero, Peras, Leche 1% - Bacalao O Haddock, Arroz integral, Ensalada lechuga romana, Rebanadas de naranjas, Leche 1%
6	7	8	9	10
Avena de grano entero, Moras, Leche 1% - Taco de pollo con tortillas integrales, Queso rallado, Pedacitos de mango, Ensalada de espinacas, Leche 1%	Cereal Kix de grano entero General Mills, Mandarinas naranjas, Leche 1% - Macarrón con queso, Bollos integrales, Brócoli al vapor, Manzanas, Leche 1%	Yogurt Yami de vainilla bajo en grasa, Bananas, Leche 1% - Sándwich de pavo en pan integral, Pedacitos de melón, Ensalada de lechuga romana, Leche 1%	Mini bagels, Queso crema, Pedacitos de piña, Leche 1% - Salmón con rebanadas de limón, Arroz integral, Kiwi, Zanahorias, Leche 1%	Cereal de maíz Chex de grano entero General Mills, Rebanadas de naranja, Leche 1% - Sopa de lentejas O de Minestrone, Queso rallado, Bollos integrales, Pedacitos de melón, Leche 1%
11	12	13	14	15
Cereal Kix de grano entero General Mills, Duraznos, Leche 1% - Croquetas des pescado en bollos integrales, Tiritas de zanahoria, Rebanadas de Kiwi, Leche 1%	Pan tostado de grano entero, Leche 1% - Sopa vegetariana, Queso rallado, Mandarinas naranjas, Ensalada de Lechuga romana, Totopos de grano Entero, Leche 1%	Croquetas de huevos, Pan tostado Integral, Peras, Leche 1% - Poll al horno, Brócoli al vapor, Pedacitos de Melón, Bollos integrales, Leche 1% Water	Cereal Cheerios de grano entero General Mills, Bananas, Leche 1% - Lasaña vegetariana, Ensalada de Espinacas, Pedacitos de piña, Pan de grano entero, Leche 1%	Mufin de avena, Puré de manzana, Leche 1% - Muslos de pollo, Arroz integral, Vegetales mixtos, Pedacitos de melón verde, Leche 1%
16	17	18	19	20
Mini bagels integrales, Queso crema, Moras, Leche 1% - Croquetas de pollo en bollos integrales, Rebanadas de jitomate, Naranjas, Leche 1%	Avena de grano entero, Bananas, Leche 1% - Espagueti de grano entero y albóndigas, Ensalada de espinacas, Fresas, Pan de grano entero, Leche 1%	Cereal de arroz Chex de grano entero General Mills, Mandarinas naranjas, Leche 1% - Arroz integral con frijoles, Queso rallado, Tiritas de morrón rojo, Pedacitos de melón, Leche 1%	Waffle de grano entero, Fresas, Leche 1% - Sándwich de ensalada de atún en pan integral, Brócoli, Pedacitos de mango, Leche 1%	Yogurt Yami de vainilla bajo en grasa, Pedacitos de piña, Leche 1% - Pollo empanizado, Bollos integrales, Ensalada de lechuga romana, Rebanadas de manzana, Leche 1%

Esta institución es proveedor de oportunidades iguales para todos. La leche que se sirve es 1% sin sabor.