

# LUNCH

## Saludable

alimentos balanceados,  
ricos y calientes

en pro de la salud alimentaria  
favoreciendo el desarrollo  
integral de nuestros alumnos.

Una sana alimentación es la base para su crecimiento

### Lunes

13/3/17

#### BOX 1

Sincronizada  
Mandarina  
Té de naranjo

#### BOX 2

Carne asada  
Tortilla  
Ensalada con jicamas y zanahoria  
Mazapán  
Agua de melón

### Martes

14/3/17

#### BOX 1

Chilaquiles rojos con pollo, crema y queso  
Manzana  
Agua natural

#### BOX 2

Pechuga de pollo a la plancha  
Ensalada rusa (papa, zanahoria,  
chicharo con mayonesa)  
Mousse de limón  
Agua de avena

### Miércoles

15/3/17

#### BOX 1

Huevo con jamón  
Pan tostado  
Plátano dominico  
Leche

#### BOX 2

Pachola  
Arroz rojo  
Jicamas y pepinos con limón  
Gelatina de fresa  
Agua de limón

### Jueves

16/3/17

#### BOX 1

Quesadilla de papa con queso  
Trocitos de piña  
Agua de pepino con limón y chia

#### BOX 2

Alambre de pollo con pimiento morron,  
cebolla y tocino  
Tortilla  
Sandía con chile piquin  
Agua natural

### Viernes

17/3/17

#### BOX 1

Ojaldra de mole con pollo  
Melón  
Bebida de soya

#### BOX 2

Tortitas de papa con queso y jamón  
Verduras salteadas  
Pay de limón  
Agua de naranja

Favor de recordar a sus hijos (excepto transitorio San Jerónimo y 1° primaria Mixcoac) que deberán asistir a la cafetería de su campus correspondiente a recoger su lunch, de lo contrario no habrá reposición de los alimentos.