

# 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

27/3/17

#### BOX 1

Mini bagel de jamón ( con crema)  
Bastones de pepino y jicama  
Té de naranjo

#### BOX 2

Fajitas de res con pimiento, champiñon  
y calabazas  
Fideo seco con crema y queso rallado  
Agua de limón con menta

### Martes

28/3/17

#### BOX 1

Huevo a la mexicana  
Galletas habaneras  
Melón  
Agua natural

#### BOX 2

Espagueti rojo con albondigas  
Pay de limón  
Agua de sandía

### Miércoles

29/3/17

#### BOX 1

Quesadilla de champiñones  
Naranja  
Bebida de soya

#### BOX 2

Tinga de pollo con col  
Tostadas horneadas  
Gomitas  
Agua de piña

### Jueves

30/3/17

#### BOX 1

Pan francés  
Rollitos de pechuga de pavo con verduras  
Licuado de manzana

#### BOX 2

Picadillo  
Arroz blanco  
Tortilla  
Barrita de amaranto  
Agua natural

### Viernes

31/3/17

#### BOX 1

SUSPENSIÓN DE LABORES TRANSI,  
PRIMARIA Y SECUNDARIA  
MENÚ DE PREPARATORIA:  
Choriqueso  
Manzana  
Agua de limón

#### BOX 2

MENÚ DE PREPARATORIA:  
Torta de milanesa  
Jicamas  
Agua de Tamarindo

ALUMNOS QUE VAN A AJUSCO:

#### BOX LUNCH 1 (DESAYUNO)

Sandwich o cuernito de pechuga de pavo  
Fruta  
Jugo o bebida de soya

Favor de recordar a sus hijos (excepto transitorio San Jerónimo y 1º 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.