

Menù de Desayunos

	03/01/12	04/01/12	05/01/12	06/01/12
	martes	miercoles	jueves	viernes
	Desayuno Tradicional	Desayuno Tradicional	Desayuno Tradicional	Desayuno Tradicional
	Desayuno Ligth	Desayuno Ligth	Desayuno Ligth	Desayuno Ligth
	Desayuno Americano	Desayuno Americano	Desayuno Americano	Desayuno Americano
	Café, té o jugo	Café, té o jugo	Café, té o jugo	Café, té o jugo
	Plátano	Arroz en leche	Corazòn de Trigo	Atol de Maizcena con leche
	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas
09/01/12	10/01/12	11/01/12	12/01/12	13/01/12
lunes	martes	miercoles	jueves	viernes
Desayuno Tradicional	Desayuno Tradicional	Desayuno Tradicional	Desayuno Tradicional	Desayuno Tradicional
Desayuno Ligth	Desayuno Ligth	Desayuno Ligth	Desayuno Ligth	Desayuno Ligth
Desayuno Americano	Desayuno Americano	Desayuno Americano	Desayuno Americano	Desayuno Americano
Café, té o jugo	Café, té o jugo	Café, té o jugo	Café, té o jugo	Café, té o jugo
Mosh	Incaparina	Pinol	Chocolate	Atolillo
Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas
16/01/12	17/01/12	18/01/12	19/01/12	20/01/12
lunes	martes	miercoles	jueves	viernes
Desayuno Tradicional	Desayuno Tradicional	Desayuno Tradicional	Desayuno Tradicional	Desayuno Tradicional
Desayuno Ligth	Desayuno Ligth	Desayuno Ligth	Desayuno Ligth	Desayuno Ligth
Desayuno Americano	Desayuno Americano	Desayuno Americano	Desayuno Americano	Desayuno Americano
Café, té o jugo	Café, té o jugo	Café, té o jugo	Café, té o jugo	Café, té o jugo
Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas
Atol de Panela	Cerevita	Tres cocimientos	Blanco	Plátano
23/01/12	24/01/12	25/01/12	26/01/12	27/01/12
lunes	martes	miercoles	jueves	viernes
Desayuno Tradicional	Desayuno Tradicional	Desayuno Tradicional	Desayuno Tradicional	Desayuno Tradicional
Desayuno Ligth	Desayuno Ligth	Desayuno Ligth	Desayuno Ligth	Desayuno Ligth
Desayuno Americano	Desayuno Americano	Desayuno Americano	Desayuno Americano	Desayuno Americano
Café, té o jugo	Café, té o jugo	Café, té o jugo	Café, té o jugo	Café, té o jugo
Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas
Bienestarina	Corazòn de Trigo	Atol de Maizcena con leche	Mosh	Atol Blanco

Desayuno

30/01/12	31/01/12			
lunes	martes			
Desayuno Tradicional	Desayuno Tradicional			
Desayuno Ligth	Desayuno Ligth			
Desayuno Americano	Desayuno Americano			
Café, té o jugo	Café, té o jugo			
Pan o Tortillas	Pan o Tortillas			
Atolillo	Cerevita			

MENU DE REFACCIONES

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
	DESAYUNO / REFACCION	DESAYUNO / REFACCION	DESAYUNO / REFACCION	DESAYUNO / REFACCION	DESAYUNO / REFACCION
Opciones saludables	Fruta en cuadritos Fruta Entera (Manzana,pera,banano) Fruta con pepita y sal Yogurth con granola Copa de fruta con yogurth	Fruta en cuadritos Fruta Entera (Manzana,pera,banano) Fruta con pepita y sal Yogurth con granola Copa de fruta con yogurth	Fruta en cuadritos Fruta Entera (Manzana,pera,banano) Fruta con pepita y sal Yogurth con granola Copa de fruta con yogurth	Fruta en cuadritos Fruta Entera (Manzana,pera,banano) Fruta con pepita y sal Yogurth con granola Copa de fruta con yogurth	Fruta en cuadritos Fruta Entera (Manzana,pera,banano) Fruta con pepita y sal Yogurth con granola Copa de fruta con yogurth
Antojitos chapines	Tacos Nachos con salsa y queso Tostadas de salsa, guacamol y frijol	Tacos Nachos con salsa y queso Tostadas de salsa, guacamol y frijol	Tacos Nachos con salsa y queso Tostadas de salsa, guacamol y frijol	Tacos Nachos con salsa y queso Tostadas de salsa, guacamol y frijol	Tacos Nachos con salsa y queso Tostadas de salsa, guacamol y frijol
Sandwiches	Dobladas Pan con Huevo Pan con Frijol Empanadas de Pollo Crossaint	Dobladas Pan con Huevo Pan con Frijol Empanadas de Pollo Crossaint	Dobladas Pan con Huevo Pan con Frijol Empanadas de Pollo Crossaint	Dobladas Pan con Huevo Pan con Frijol Empanadas de Pollo Crossaint	Dobladas Pan con Huevo Pan con Frijol Empanadas de Pollo Crossaint
Postres	Pan Dulce Panqueques	Pan Dulce Tostadas a la francesa	Pan Dulce Panqueques	Pan Dulce Tostadas a la francesa	Pan Dulce Panqueques
	Pastelitos Variados	Pastelitos Variados	Pastelitos Variados	Pastelitos Variados	Pastelitos Variados

	REFACCION PM	REFACCION PM	REFACCION PM	REFACCION PM	REFACCION PM
Sandwiches	Derretidos Pan con Frijol	Derretidos Pan con Frijol	Derretidos Pan con Frijol	Derretidos Pan con Frijol	Derretidos Pan con Frijol
Antojitos chapines	Tostadas de salsa, guacamol y frijol	Tostadas de salsa, guacamol y frijol	Tostadas de salsa, guacamol y frijol	Tostadas de salsa, guacamol y frijol	Tostadas de salsa, guacamol y frijol
Opciones saludables	Nachos con salsa y queso Fruta en cuadritos Fruta Entera (Manzana,pera) Copa de fruta con yogurth	Nachos con salsa y queso Fruta en cuadritos Fruta Entera (Manzana,pera) Copa de fruta con yogurth	Nachos con salsa y queso Fruta en cuadritos Fruta Entera (Manzana,pera) Copa de fruta con yogurth	Nachos con salsa y queso Fruta en cuadritos Fruta Entera (Manzana,pera) Copa de fruta con yogurth	Nachos con salsa y queso Fruta en cuadritos Fruta Entera (Manzana,pera) Copa de fruta con yogurth

Desayuno Ligth:

Panqueque, fruta, yogurth, miel y jugo de naranja

MENU DE ALMUERZOS

		Mar 03/Ene 12	Mié 04/Ene 12	Jue 05/Ene 12	Vie 06/Ene 12
		ALMUERZO PRINCIPAL			
		Sopa de Tortilla	Vegetales	Pollo con fideos	Criolla
		Ensalada de Queso	Ensalada de Berro y Naranja	Chojin	Brócoli a la romana
		Chuleta a la Honey con trocitos de piña	Albóndigas en salsa Mexicana	Pollo asado con chimichurri	Steak a la pimentá
		Pure de Vegetales con crotones dorados	Arroz Blanco	Papas al horno con aderezo de chimichurri	Arroz Primavera
		Torreas	Relámpagos	Plátanos en gloria	Gelatina Bicolor
		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
		Mora/papaya	Naranja/Fresa	Carambola/Avena	Tamarindo/Horchata
		Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas
			OPCIONES		
		Pepperroni	Champiñones	Festival de Jamónes	Margarita
		Penne en salsa de Albahaca y nuez	Fetuccini al Alfredo	Fusilli alla marinara	Fetuchini a la Florentina (espinaca)
		Churrasquito de Posta con chirmol	Alitas Empanizadas con Aderezo	Shukos (Churrasquera)	Tacos de chilorio
		Sandwich Beef	Sandwich de Jamón de Pollo	Sandwich Italianísimo	Sandwich Honey Musterd
		Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas
		Papas Fritas Sencillas	Papas Fritas Sencillas	Papas Fritas Sencillas	Papas Fritas Sencillas
		Papas Fritas con topping	Papas Fritas con topping	Papas Fritas con topping	Papas Fritas con topping
		Nachos con topping	Nachos con topping	Nachos con topping	Nachos con topping
Lun 09/Ene 12	Mar 10/Ene 12	Mié 11/Ene 12	Jue 12/Ene 12	Vie 13/Ene 12	
sopa	Sopa de puerros	Sopa Juliana	Sopa de arveja	Sopa de Papa con apio	Hongos
ensalada	Primavera	Ensalada de Pepino Alemana	Chojin	Espinaca con tomate	Cesar
carne	Lasaña de berenjena y carne de res	Pollo al limón	Adobado	Fajitas de res con refrito de soya	Milanesa de res
guarnición	Arroz blanco	Papas somatadas	Frijoles volteado con totopos	Arroz blanco	Espagueti Horneado
postre	Crepas con salsa de fresa	Strudel de jalea	Brownie con chocolate blanco	Brazo Gitano	Dulce de camote y piña
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
refresco	Te frio/Manzana	Carambola/Avena	Rosa de Jamaica/Naranja	Limonada/Fresa	Mora/Horchata
	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas
			OPCIONES		
Pizza	Arrachera	Queso con oregano	Pizza Italiana con especias	Pizza de Luxe	Hawaiana
pasta	Tallarines a la carbonara	Spagueti a la putanesca	Penne Cheese Sauce	Fusilli al Oleo con ajo	Spagueti a la boloñesa con albahaca
Plato Variado	Chicken Gringas	Burrito Parmesano	Chilaquiles bañados con salsa verde	Chimichangas	Churrasco chapin de Pollo
Sandwich	Sandwich Pechugón	Sandwich a la diablo	Sandwich de chicken salad	Parmesano al cesar	Apple Sandwich
ensalada	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas
Opcion papas	Papas Fritas Sencillas	Papas Fritas Sencillas	Papas Fritas Sencillas	Papas Fritas Sencillas	Papas Fritas Sencillas
	Papas Fritas con toppin	Papas Fritas con toppin	Papas Fritas con toppin	Papas Fritas con toppin	Papas Fritas con toppin
	Nachos con toppin	Nachos con toppin	Nachos con toppin	Nachos con toppin	Nachos con toppin
Lun 16/Ene 12	Mar 17/Ene 12	Mié 18/Ene 12	Jue 19/Ene 12	Vie 20/Ene 12	
sopa	Sopa con Tortillitas de harina	Pollo con arroz y chipilin	Lentejas	Hongos	Res con fideos
ensalada	Sophia	Coliflor con salsa ranch	Ejotes con mantequilla	Coditos con mayonesa y apio	Ensalada Verde de Vegetales
carne	Pollo Horneado	Longanizas con chirmol	Carne asada con chirmol	Pollo en salsa agridulce	Pastel de carne con salsa de tomates
guarnición	Pure de vegetales con crotones dorados	Arroz Verde	Pasta en salsa Roja	Brócoli Gratinado	Arroz Pilaf
postre	Plan de Caramelo	Papaya en dulce	Piña en Almibar	Encanelados con salsa caramelo	Dulce de leche
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
refresco	Naranja/Limonada	Piña/Tamarindo	Fresa/Avena	Mora/Carambola	Rosa de Jamaica/Te frio
	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas
			OPCIONES		
Pizza	De queso con albahaca	Pepperroni	Champiñones	Festival de Jamónes	Margarita
pasta	Spagueti salsa chipotle (mexicana)	Penne en salsa de Albahaca y nuez	Fetuccini al Alfredo	Fusilli alla marinara	Pasta Florentina (espinaca)
Plato Variado	Enchiladas Mexicanas Verdes	Churrasquito de Posta con chirmol	Alitas Empanizadas con Aderezo	Shukos (Churrasquera)	Tacos de chilorio
Sandwich	Chilorio	Sandwich Beef	Sandwich Di Pomodoro al pesto	Sandwich Italianísimo	Sandwich Honey Musterd
ensalada	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas
Opcion papas	Papas Fritas Sencillas	Papas Fritas Sencillas	Papas Fritas Sencillas	Papas Fritas Sencillas	Papas Fritas Sencillas
	Papas Fritas con topping	Papas Fritas con topping	Papas Fritas con topping	Papas Fritas con topping	Papas Fritas con topping
	Nachos con topping	Nachos con topping	Nachos con topping	Nachos con topping	Nachos con topping

	Lun 23/Ene 12	Már 24/Ene 12	Mié 25/Ene 12	Jue 26/Ene 12	Vie 27/Ene 12
sopa	Sopa de Lechuga	Sopa Capirotada	Sopa de Guicoy	Acelga	Esparragos
ensalada	Remolacha	Ensalada Catalana	Pepino con aderezo	Espinaca con piña	Tres lechugas
carne	Salpicon con verduras	Pollo asado con chirmol	Bistek chapin	Chuletas con salsa de limón	Tortitas de res con salsa
guarnición	Arroz Blanco	Pure de papa	Pasta Pomodoro	Antipasto de vegetales (asados)	Arroz Verde
postre	Rellenitos	Pie de Limón	Bñuelos	Pastel de zanahoria	Galleta Herradura
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
retresco	Carambola/Avena	Te frio/Manzana	Rosa de Jamaica/Naranjada	Limonada/Fresa	Mora/Horchata
	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas
			OPCIONES		
Pizza	Arrachera	Queso con oregano	Pizza Italiana con especias	Pizza de Luxe	Hawaiana
pasta	Tallarines a la carbonara	Spagueti a la putanesca	Penne Cheese Sauce	Fusili al Oleo con ajo	Spagueti a la boloñesa con albahaca
Plato Variado	Chicken Cringas	Burrito Parmesano	Chilaquiles bañadas con salsa verde	Chimichangas	Churrasco chapin de Pollo
Sandwich	Sandwich Pechugón	Sandwich a la diabla	Sandwich de chicken salad	Parmesano al cesar	Apple Sandwich
ensalada	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas
Opcion papas	Papas Fritas Sencillas	Papas Fritas Sencillas	Papas Fritas Sencillas	Papas Fritas Sencillas	Papas Fritas Sencillas
	Papas Fritas con toppin	Papas Fritas con toppin	Papas Fritas con toppin	Papas Fritas con toppin	Papas Fritas con toppin
	Nachos con toppin	Nachos con toppin	Nachos con toppin	Nachos con toppin	Nachos con toppin
	Lun 30/Ene 12	Már 31/Ene 12			
sopa	Tomate	Cebolla			
ensalada	Brócoli a la romana	Del Campo			
carne	Lomo a la Hawaiana	Pollo Guisado con verduras			
guarnición	Arroz Horneado	Pasta al perejil			
postre	Dulce de Manzana	Galleta de chocolate con coco			
	Fruta	Fruta			
retresco	Piña/Tamarindo	Piña/Melón			
	Pan o Tortillas	Pan o Tortillas			
	OPCIONES				
Pizza	De queso con albahaca	Pepperroni			
pasta	Spagueti salsa chipotle (mexicana)	Penne en salsa de Albahaca y nuez			
Plato Variado	Enchiladas Mexicanas Verdes	Churrasquito de Pasta con chirmol			
Sandwich	Chilorio	Sandwich Beef			
ensalada	Bar de Ensaladas	Bar de Ensaladas			
Opcion papas	Papas Fritas Sencillas	Papas Fritas Sencillas			
	Papas Fritas con topping	Papas Fritas con topping			
	Nachos con topping	Nachos con topping			