



ALMUERZO

7-12 años

Semana 1

Válido desde el 1 de abril del 2019



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PLATO PRINCIPAL OPCIÓN 1	3 onzas de steak entomatado	3 onzas de steak chino	1/8 pollo con salsa de loroco	3 onzas de lomo de cerdo BBQ	3 onzas de steak a la plancha
PLATO PRINCIPAL OPCIÓN 2	1/8 pollo a la orig	3 onzas de fajitas de cerdo	3 onzas de lonja a la plancha	½ taza de espagueti boloñés	1/8 pollo empanizado
PLATO PRINCIPAL OPCIÓN 3	½ taza de espagueti con pollo	Lasaña con pollo	2 tacos de res con frijoles , chirmol y aguacate	Burrito de pollo con salsa de aguacate	1 porción de pizza de hongos papas fritas
COMPLEMENTO	Pechuga de pollo deshuesada	Pechuga de pollo deshuesada	Pechuga de pollo deshuesada	Pechuga de pollo deshuesada	Pechuga de pollo deshuesada
ENSALADA	1 taza de ensalada fresca americana	1 taza de ensalada fresca tropical	1 taza de pepino con tomate	1 taza de ensalada fresca con brócoli	1 taza de ensalada fresca tropical
VEGETALES	½ taza de ejote y brócoli y guisquil	½ taza de coliflor, zanahoria y aros de elote	½ taza de brócoli, arveja china y zanahoria	½ taza de vegetales gratinados	½ taza de pipianes, ejote y guisquil
GUARNICIÓN	½ taza de arroz con chile verde, 1 tortilla, 12 onzas de refresco de fruta natural	½ taza de arroz con zanahoria, 1 tortilla, 12 onzas de refresco de fruta natural	½ taza de arroz amarillo, 1 tortilla, 12 onzas de refresco de fruta natural	½ taza de arroz negrito o puré de papa, 1 tortilla, 12 onzas de refresco de fruta natural	½ taza de arroz con vegetales, 1 tortilla, 12 onzas de refresco natural

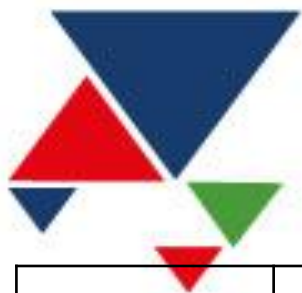
Valor alimenticio: 525 kcal.



Precio: USD\$2.75

El almuerzo consta de un plato principal, ensalada o vegetales y guarnición





ALMUERZO

7-12 años
Semana 2

Válido desde el 1 de abril del 2019



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PLATO PRINCIPAL OPCIÓN 1	1/8 de pollo asado	3 onzas de lomito de cerdo encebollado	1/8 de pollo guisado	Tender de pollo empanizado	3 onzas de carne deshilada con verduras
PLATO PRINCIPAL OPCIÓN 2	3 onzas de lonja empanizada	Satee de pollo	3 onzas de steak a la plancha	Lasaña mixta	½ taza de espagueti con pollo
PLATO PRINCIPAL OPCIÓN 3	3 onzas de chuleta fingida de res	Shap suey oriental	½ taza de tallarines con pollo	3 onzas de steak criollo	Croissant de pollo con papas fritas
COMPLEMENTO	Pechuga de pollo deshuesada	Pechuga de pollo deshuesada	Pechuga de pollo deshuesada	Pechuga de pollo deshuesada	Pechuga de pollo deshuesada
ENSALADA	½ taza de ensalada fresca tradicional	½ taza de ensalada fresca tropical	½ taza de ensalada fresca americana	½ taza de ensalada fresca	½ taza de ensalada fresca tropical
VEGETALES	Vegetales parrillados	½ taza de zanahoria con ejote y güisquil	Ejote con zanahoria	½ taza de brócoli con coliflor	½ taza de escabeche
GUARNICIÓN	½ taza de arroz con zanahoria, 1 tortilla, 12 onzas de refresco de fruta natural	½ taza de arroz con vegetales, 1 tortilla, 12 onzas de refresco de fruta natural	½ taza de arroz con chipilín o casamiento de frijoles molidos, 1 tortilla, 12 onzas de refresco de fruta natural	½ taza de arroz con petit pois o puré de papa, 1 tortilla, 12 onzas de refresco de fruta natural	½ taza de arroz cantones, 1 tortilla, 12 onzas de refresco natural

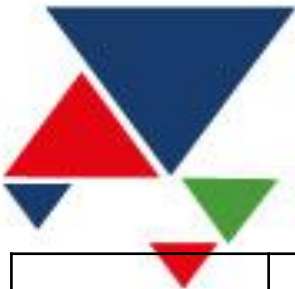
Valor alimenticio: 525 kcal.



Precio: USD\$2.75

El almuerzo consta de un plato principal, ensalada o vegetales y guarnición





ALMUERZO

7-12 años

Semana 3

Válido desde el 1 de abril del 2019



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PLATO PRINCIPAL OPCIÓN 1	1/8 de pollo al horno	3 onzas de steak diana	1/8 pollo hawaiano	3 onzas de bistec de res a la plancha con chirmol	1/8 de pollo a la capri
PLATO PRINCIPAL OPCIÓN 2	½ taza de chao mein mixto	3 onzas de lomito agridulce	3 onzas de chuleta de cerdo encebollada	3 onzas de lonja empanizado	Chap suey
PLATO PRINCIPAL OPCIÓN 3	Pastel azteca de pollo	½ taza de espagueti con pollo a la reina	Sopa de pollo con 1/8 de pollo a la plancha	2 canelones con pollo	Torta mexicana de res con papas fritas
COMPLEMENTO	Pechuga de pollo deshuesada	Pechuga de pollo deshuesada	Pechuga de pollo deshuesada	Pechuga de pollo deshuesada	Pechuga de pollo deshuesada
ENSALADA	½ taza de ensalada fresca	½ taza de ensalada fresca tropical	½ taza de ensalada fresca americana	½ taza de ensalada fresca con brócoli	½ taza de ensalada fresca tropical
VEGETALES	½ taza de zuquini, ejotes y zanahorias	½ taza de ejote con tomate	½ taza de escabeche de verduras	zanahoria con petit pois	½ taza de vegetales gratinados
GUARNICIÓN	½ taza de arroz, 1 tortilla, 12 onzas de refresco de fruta natural	½ taza de arroz maíz dulce, 1 tortilla, 12 onzas de refresco de fruta natural	½ taza de arroz con queso o puré de papa, 1 tortilla, 12 onzas de refresco de fruta natural	½ taza de arroz con petit pois, 1 tortilla, 12 onzas de refresco de fruta natural	½ taza de arroz con pimientos, 1 tortilla, 12 onzas de refresco natural

Valor alimenticio: 525 kcal.

Precio: USD\$2.75

El almuerzo consta de un plato principal, ensalada o vegetales y guarnición





ALMUERZO

7-12 años

Semana 4

Válido desde el 1 de abril del 2019



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PLATO PRINCIPAL OPCIÓN 1	1/8 pollo a la plancha	3 onzas de steak casero	1/8 de pollo a la naranja	3 onzas de steak a la plancha con chirmol	1/8 de pollo criollo
PLATO PRINCIPAL OPCIÓN 2	3 onzas de lonja a la plancha	1/8 de pollo al horno con loroco	Fajitas jardineras de cerdo	1/8 de pollo veracruzano	½ taza de espagueti boloñés
PLATO PRINCIPAL OPCIÓN 3	Burrito de res con salsa de aguacate	Albóndiga de pollo	2 tacos de res con frijoles, chirmol, aguacate	Lasaña mixta	Hamburguesa de res, papa frita
COMPLEMENTO	Pechuga de pollo deshuesada	Pechuga de pollo deshuesada	Pechuga de pollo deshuesada	Pechuga de pollo deshuesada	Pechuga de pollo deshuesada
ENSALADA	½ taza de ensalada fresca	½ taza de ensalada fresca tropical	½ taza de ensalada fresca americana	½ taza de ensalada fresca con maíz	½ taza de ensalada fresca americana
VEGETALES	½ taza de vegetales hervidos	½ taza de coliflor, arveja china y güisquil	½ taza de vegetales mixtos gratinados	½ taza de ejote con tomate	½ taza de brócoli con queso
GUARNICIÓN	½ taza de arroz con espinaca o puré de papa, 1 tortilla, 12 onzas de refresco de fruta natural	½ taza de arroz con maíz, 1 tortilla, 12 onzas de refresco de fruta natural	½ taza de arroz con loroco, 1 tortilla, 12 onzas de refresco de fruta natural	½ taza de arroz con petit pois, 1 tortilla, 12 onzas de refresco de fruta natural	½ taza de arroz cantones, 1 tortilla, 12 onzas de refresco natural

Valor alimenticio: 525 kcal.

Precio: USD\$2.75

El almuerzo consta de un plato principal, ensalada o vegetales y guarnición

