



**MENÚ DE COMIDAS DEL MES DE SEPTIEMBRE 2019**

<p><b>LUNES 2</b></p> <p><u>Dedos de pollo</u>  <b>Verduras:</b>  Zanahoria, pepino y jícama frescas  <b>Acompañante:</b>  Arroz  <b>Bebida:</b> Agua de frutas.  <b>Postre:</b> Galletas marías</p>	<p><b>MARTES 3</b></p> <p><u>Enchiladas de carne de res</u>  <b>Verduras:</b>  zanahoria y lechuga  <b>Acompañantes:</b>  crema y queso seco  <b>Bebida:</b> agua de frutas  <b>Postre:</b> Flan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 4</b></p> <p><u>Arroz chino</u>  <b>Verduras:</b>  Zanahoria, brócoli y coliflor  <b>Bebida:</b> Agua de frutas  <b>Postre:</b> Flan</p>	<p><b>JUEVES 5</b></p> <p><u>Carne en su jugo</u>  <b>Acompañantes:</b>  1 tortilla  <b>Bebida:</b> Agua de frutas  <b>Postre:</b> nevado de limón</p>	<p><b>VIERNES 6</b></p> <p><u>Sopa de tortilla con pollo</u>  <b>Acompañantes:</b>  Queso  <b>Bebida:</b> Agua de frutas  <b>Postre:</b> Gelatina</p>
<p><b>LUNES 9</b></p> <p><u>Cazuela de res</u>  <b>Verduras:</b>  zanahoria y calabaza  <b>Bebida:</b> Agua de frutas  <b>Postre:</b> 1/3 de pza de pan dulce</p>	<p><b>MARTES 10</b></p> <p><u>Asado de pollo</u>  <b>Verduras:</b>  lechuga y zanahoria  <b>Acompañantes:</b>  Queso seco y crema  <b>Bebida:</b> Agua de frutas  <b>Postre:</b> Gelatina</p>	<p><b>MIÉRCOLES 11</b></p> <p><u>Tacos dorados de atún con papa</u>  <b>Verduras:</b> lechuga y zanahoria  <b>Acompañantes:</b> queso y crema  <b>Bebida:</b> agua de frutas  <b>Postre:</b> Galletas Marías</p>	<p><b>JUEVES 12</b></p> <p><u>Enchiladas suizas</u>  <b>Acompañantes:</b>  Arroz  <b>Bebida:</b> Agua de frutas  <b>Postre:</b> Gelatina</p>	<p><b>VIERNES 13</b></p> <p><u>Espagueti a la bolognesa</u>  <b>Acompañantes:</b>  Queso seco  <b>Bebida:</b> Agua de frutas  <b>Postre:</b> Flan</p>
<p><b>LUNES 16</b></p> <p><b>SUSPENSIÓN</b></p>	<p><b>MARTES 17</b></p> <p><u>Albóndigas de res</u>  <b>Verduras:</b>  Zanahoria y calabaza  <b>Bebida:</b> Agua de frutas  <b>Postre:</b> Flan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 18</b></p> <p><u>Frijoles charros</u>  <b>Acompañantes:</b> 1 tortilla  <b>Bebida:</b> Agua de frutas  <b>Postre:</b> Nevado de limón</p>	<p><b>JUEVES 19</b></p> <p><u>Picadillo de res</u>  <b>Acompañantes:</b>  Frijoles  1 Tortilla  <b>Bebida:</b> Agua de frutas  <b>Postre:</b> Gelatina</p>	<p><b>VIERNES 20</b></p> <p><u>Entomatadas</u>  <b>Acompañantes:</b>  Queso y crema  <b>Bebida:</b> Agua de frutas  <b>Postre:</b> Galletas marías</p>
<p><b>LUNES 23</b></p> <p><u>Enchiladas de pollo</u>  <b>Verduras:</b>  zanahoria y lechuga  <b>Acompañantes:</b>  crema y queso seco  <b>Bebida:</b> agua de frutas  <b>Postre:</b> Flan</p>	<p><b>MARTES 24</b></p> <p><u>Hamburguesa de res</u>  <b>Verduras frescas:</b>  Zanahoria, jícama y zanahoria  <b>Bebida:</b> Agua de frutas  <b>Postre:</b> Flan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 25</b></p> <p><u>Consomé de pollo con verduras</u>  <b>Verduras:</b> zanahoria y chayote  <b>Acompañantes:</b> Arroz  <b>Bebida:</b> Agua de frutas  <b>Postre:</b> Nevado de limón</p>	<p><b>JUEVES 26</b></p> <p><u>Bistec de res con papa</u>  <b>Acompañantes:</b>  Arroz  Frijoles  <b>Bebida:</b> Agua de frutas  <b>Postre:</b> Gelatina</p>	<p><b>VIERNES 27</b></p> <p><u>Dedos de pescado</u>  <b>Verduras:</b>  Zanahoria, pepino y jícama frescas  <b>Acompañante:</b>  Arroz  <b>Bebida:</b> Agua de frutas  <b>Postre:</b> 1/3 de pza. de pan dulce</p>



**MENÚ DE COMIDAS DEL MES DE SEPTIEMBRE 2019**

**LUNES 30**

**Dedos de pollo**

**Verduras:**

Zanahoria, pepino  
y jícama frescas

**Acompañantes:**

Arroz

**Bebida:** Agua de  
frutas

**Postre:**

Galletas marías

**L.N.H. CECILIA GUADALUPE SALAZAR**