

Menú

26 al 31 de octubre



Laboratorio de Servicios
Alimenticios

DESAYUNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
Huevos con Jamón Bistec a la Mexicana Frijoles	Ensalada de pollo Entomatadas GUARNICIONES Frijoles Gelatina	Tacos de Barbacoa Espagueti Alfredo GUARNICIONES Frijoles Ensalada de espinacas	Lonches estilo Gemma Pollo a la poblana GUARNICIONES Ensalada fresca	Hot Cakes Tacos dorados de requesón GUARNICIONES Frijoles Biónico	Lomo en salsa verde Papas gratinadas GUARNICIONES Frijoles Ensalada de germinado

COMIDAS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Pollo Agridulce Chuleta de cerdo al limón Codito en crema verde Ensalada de naranja	Picadillo Campestre Bistec con verduras adobado GUARNICIONES Arroz rojo Ensalada picosita	Pollo Campesino Lomo en crema de cilantro GUARNICIONES Penette en crema blanca Verduras al vapor	Costilla en salsa verde con nopales Pierna en salsa rosada GUARNICIONES Sopa de pasta Ensalada Citlali	Pescado a la Criolla Pollo entomatado GUARNICIONES Arroz blanco Ensalada de lechuga Orejona



¡SUJETO A CAMBIOS SIN PREVIO AVISO!

Incluye en tu dieta diaria de 5 a 6 porciones de frutas y verduras, ya que aportan las cantidades adecuadas de vitaminas, minerales y fibra, que ayuda a mantener tu organismo en buen estado y saludable.