



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 B: Sándwich de croissant, huevo y queso, melocotón cortado en cubitos, leche L: Pastel de carne de pavo, panecillo integral, puré de patatas con coliflor, pera fresca, leche y salsa de tomate S: Jugo 100% de ponche de frutas, galletas saladas WG EDS: Taza de yogur de vainilla, plátano	2 B: Panqueques, Salchicha De Pavo, Pera Fresca, Leche, Almibar L: Macarrones con queso, pollo con palomitas de maíz, judías verdes, manzana fresca, leche, salsa de tomate S: Wrap de pavo y queso EDS: WG Cheddar Goldfish, jugo 100% de ponche de frutas	3 B: Bagel, Queso Crema, Plátano Fresco, Leche, Jalea L: Ensalada de maíz Fiesta, arroz integral, espinacas, gajos de naranja (4 unidades), leche, aderezo Fiesta S: WG Oso Vainilla, 100% Zumo de Manzana EDS: Barra de granola, gajos de naranja/4 unidades
6 B: Palitos de tostadas francesas, rodajas de manzana con canela, leche y almibar L: Flautas de pollo y queso, frijoles pintos, maíz de Mexicali, frutos rojos mezclados, leche S: Galletas Cheddar Goldfish, taza de puré de manzana EDS: pan de jengibre Galletas, 100% Jugo de Uva	7 B: Pizza de desayuno, pera cortada en cubitos y leche L: Pollo teriyaki, arroz integral, brócoli al vapor, gajos de naranja/4 unidades, leche S: Galleta de oso de pera fresca, manzana, canela EDS: Cheez-its integrales, taza de puré de manzana y fresa	8 B: Muffin de manzana y canela, gajos de naranja/4 unidades, leche L: Lasaña italiana, mezcla de verduras de Normandía, pera fresca y leche S: Taza de Yogurt de Fresa y Plátano, Granola EDS: Jugo 100% de manzana, Bear Grahams de manzana y canela	9 B: Sándwich De Bagel, Pavo Y Queso, Manzana Fresca, Leche L: Sub albóndigas, judías verdes, melocotón cortado en cubitos y leche S: Cheerios multigrano, jugo 100% de naranja y mandarina EDS: Plátano fresco, taza de gelatina	10 B: Tazón de cereales Rice Chex, plátano fresco y leche L: Ensalada de pollo BBQ, panecillo integral, frijoles, maíz y tomates, taza de frutas tropicales, leche, aderezo cremoso de cilantro S: Salsa de frijoles negros, chips de tortilla al horno WG EDS: Manzana fresca, barra Nutri Grain
13 B: Galleta, rodajas de manzana con canela, leche, gelatina L: Trozos de pollo, arroz integral, mezcla de verduras Normandía, mezcla de frutas, leche, ketchup S: Taza de puré de manzana y fresa, galletas de oso con manzana y canela EDS: Taza de yogur de vainilla, pera fresca	14 B: Tazón de cereales múltiple. Cheerios, gajos de naranja/4 unidades, leche L: Pollo al horno, panecillo integral, puré de patatas con coliflor, piña cortada en cubitos y leche S: Yogur De Fresa Y Plátano, Plátano Fresco EDS: Galletas WG Cheez-its, 100% jugo de uva	15 B: Sándwich de muffin inglés, huevo y queso, melocotón cortado en cubitos, leche L: Chile de pavo, muffin de pan de maíz, guisantes y zanahorias, aderezo ranch, puré de manzana y leche S: Zanahorias pequeñas, hummus EDS: Galletas de oso de manzana fresca y canela	16 B: Waffles, salchicha de pavo, puré de manzana, leche y almibar L: Taco de fajita de pollo, tortilla WG de 6", maíz Mexicali, gajos de naranja/4 unidades, leche S: Jugo 100% de ponche de frutas, galletas de pez dorado con queso cheddar EDS: Taza de Frutas Tropicales, Galletas de Animales	17 B: Bagel, Queso Crema, Plátano Fresco, Leche, Jalea L: Ensalada de pollo con pasta y albahaca, pasta penne, zanahorias pequeñas, aderezo ranch, manzana fresca y leche S: Mezcla Chex Tradicional, 100% Jugo de Manzana EDS: Taza De Puré De Manzana, Barra De Cereal
20 B: Tazón de cereales Cheerios, melocotón cortado en cubitos y leche L: Pollo parmesano, filetes de pollo, pasta integral, salsa para pasta, judías verdes, pera cortada en cubitos, leche S: 100% jugo de uva, galleta de oso de manzana y canela EDS: Zanahorias pequeñas, hummus	21 B: Sándwich de croissant, pavo y queso, taza de mandarina, leche L: Pollo a la Naranja, Pollo con Palomitas de Maíz con Salsa, Arroz Integral, Brócoli, Piña en cubitos, Leche S: Mantequilla de sol Sándwich EDS: Hummus de chocolate, galletas de oso de manzana y canela	22 B: Muffin de manzana y canela, gajos de naranja/4 unidades, leche L: Enchiladas de queso, arroz español, frijoles pintos, manzana fresca, leche S: Jugo 100% de ponche de frutas, galletas integrales EDS: Taza de yogur de plátano y vainilla	23 B: Panqueque, salchicha de pavo, rodajas de manzana con canela en sartén, leche, almibar L: Pastel de pollo, galleta integral, guisantes y zanahorias, melocotón cortado en cubitos, leche S: Wrap de pavo y queso EDS: WG Cheddar Goldfish, jugo 100% de ponche de frutas	24 B: Galleta, Plátano Fresco, Leche, Jalea L: Queso De Pavo Deli Wrap, tortilla WG de 8", espinacas, zanahorias pequeñas, pera fresca, leche, aderezo ranch S: WG Oso Vainilla, 100% Zumo de Manzana EDS: Barra de granola, gajos de naranja/4 unidades
27	28	29	30	31



DIETA SIN LÁCTEOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 B: Sándwich de desayuno, queso sin huevo ni lácteos, melocotón cortado en cubitos, leche** L: Pastel de carne de pavo, panecillo integral, puré de papas DF, pera fresca, salsa de tomate, leche** S: Jugo 100% de ponche de frutas, galletas saladas DF EDS: Plátano Fresco, Taza de Yogurt DF	2 B: Panqueques DF, salchicha de pavo, pera fresca, leche**, almíbar L: Macarrones con queso sin lácteos, nuggets asados, judías verdes, manzana fresca, leche**, salsa de tomate S: Envoltura de pavo EDS: Galletas DF, jugo 100% de ponche de frutas	3 B: Bagel DF, gelatina, plátano fresco, leche** L: Ensalada de maíz DF Fiesta, arroz integral, espinacas, gajos de naranja, leche**, aderezo Ranch DF S: Galletas DF, 100% jugo de manzana EDS: Barra de granola DF, gajos de naranja
6 B: Tostadas francesas DF, rodajas de manzana con canela, almíbar y leche** L: Flaute de pollo, frijoles pintos, maíz de Mexicali, mezcla de frutos rojos, leche** S: Galletas DF, taza de puré de manzana EDS: DF pan de jengibre Galleta, 100% Jugo de Uva	7 B: Pizza de desayuno DF, pera cortada en cubitos, leche** L: Pollo teriyaki, arroz integral, brócoli al vapor, gajos de naranja, leche** S: Galletas de osito de manzana y canela DF, pera fresca EDS: Galletas DF, taza de puré de manzana y fresa	8 B: Muffin DF con puré de manzana, gajos de naranja y leche** L: Lasaña italiana DF, mezcla de verduras Normandía, pera fresca, leche** S: Yogur DF, Granola DF EDS: Galletas DF Graham, 100% jugo de manzana	9 B: Sándwich de bagel, pavo y queso DF, manzana fresca, leche** L: Sub DF de albóndigas, judías verdes, melocotones, leche** S: Cheerios multigrano, gajos de naranja EDS: Plátano fresco, taza de gelatina	10 B: Tazón de cereal, plátano fresco y leche** L: Ensalada de pollo DF BBQ, panecillo integral, frijoles, maíz y tomates, taza de frutas tropicales, leche**, aderezo Ranch DF S: Salsa de frijoles negros, chips de tortilla integrales DF EDS: Manzana fresca, DF Mantequilla de sol Bar
13 B: Galleta DF, rodajas de manzana con canela, leche**, gelatina L: Trozos de pollo, arroz integral, mezcla de verduras Normandía, mezcla de frutas, leche**, ketchup S: Taza de puré de manzana y fresa, galletas de osito de manzana y canela DF WG EDS: Taza de Yogurt DF, Pera Fresca	14 B: Tazón de cereal, gajos de naranja, leche** L: Pollo al horno, panecillo integral, puré de papas DF, piña cortada en cubitos, leche** S: Taza de yogur sin lácteos, plátano fresco EDS: Galletas DF, 100% Jugo de Uva	15 B: Sándwich de muffin inglés, huevo y queso DF, melocotón cortado en cubitos, leche** L: Chile de pavo, muffin de pan de maíz DF, guisantes y zanahorias, aderezo Ranch DF, puré de manzana, leche** S: Zanahorias pequeñas, hummus EDS: Galletas de oso de canela y manzana fresca, DF	16 B: Panqueque DF, salchicha de pavo, taza de puré de manzana, leche**, almíbar L: Taco de fajita de pollo DF, tortilla de 6", maíz Mexicali, gajos de naranja, leche** S: Jugo 100% de ponche de frutas, galletas saladas DF EDS: Taza de Frutas Tropicales, Galletas de Animales DF	17 B: Bagel DF, gelatina, plátano fresco, leche** L: Ensalada de pollo con albahaca DF, pasta penne, zanahorias baby, manzana fresca, leche**, aderezo Ranch DF S: Galletas DF, 100% jugo de manzana EDS: Taza de puré de manzana, barra de cereales DF
20 B: Tazón de cereal, melocotón cortado en cubitos, leche** L: Espagueti con salsa para pasta, pasta integral, judías verdes, peras cortadas en cubitos, leche** S: 100% Jugo de uva, galletas de oso de canela y manzana DF EDS: Hummus, Zanahorias Pequeñas	21 B: Sándwich de desayuno, pavo y queso DF, taza de mandarina, leche** L: Pollo a la naranja, arroz integral, salsa de naranja, pollo con palomitas de maíz, brócoli, piña cortada en cubitos, leche** S: Mantequilla de sol Sándwich EDS: Hummus de chocolate, DF Graham	22 B: Muffin DF con puré de manzana, gajos de naranja y leche** L: Enchiladas de queso DF, arroz español, frijoles pintos, manzana fresca, leche** S: 100% Jugo de ponche de frutas, galletas saladas DF EDS: Plátano Fresco, Taza de Yogurt DF	23 B: Panqueque DF, salchicha de pavo, rodajas de manzana con canela, leche**, almíbar L: Pastel de pollo, galleta DF integral, guisantes y zanahorias, duraznos cortados en cubitos, leche** S: Envoltura de pavo EDS: Galletas DF, jugo 100% de ponche de frutas	24 B: Galleta DF, Plátano Fresco, Leche**, Gelatina L: DF Deli Wrap, tortilla integral de 8", espinacas, zanahorias pequeñas, pera fresca, leche**, aderezo DF Ranch S: Galletas DF, 100% jugo de manzana EDS: Barra de granola DF, gajos de naranja
27	28	29	30	31



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 B: Sándwich de desayuno GF, huevo y queso, melocotón cortado en cubitos, leche L: Pastel de carne de pavo, panecillo GF, puré de patatas con coliflor, pera fresca, leche y salsa de tomate S: Jugo 100% de ponche de frutas, galletas saladas GF EDS: Taza de yogur de vainilla y plátano fresco	2 B: Panqueque GF, salchicha de pavo, pera fresca, leche y almibar L: Macarrones con queso GF, nuggets de pollo a la parrilla, judías verdes, manzana fresca, leche, salsa de tomate S: Wrap GF de pavo y queso EDS: Galletas GF, jugo 100 % de ponche de frutas	3 B: Bagel GF, queso crema, plátano fresco, leche L: Ensaladera de maíz Fiesta, arroz integral, espinacas, gajos de naranja, leche y aderezo Fiesta S: Galletas GF, 100% jugo de manzana EDS: novia Mantequilla de sol Barra, gajos de naranja
6 B: Palitos de tostadas francesas GF, rodajas de manzana con canela, leche y almibar L: Flauta de pollo GF, frijoles pintos, maíz de Mexicali, frutos rojos mezclados y leche S: Galletas GF, taza de puré de manzana EDS: Pan de jengibre GF, 100% jugo de uva	7 B: Pizza de desayuno GF, pera cortada en cubitos y leche L: Pollo teriyaki, arroz integral, brócoli al vapor, gajos de naranja, leche S: GF Graham Crackers, pera fresca EDS: Galletas GF, taza de puré de manzana y fresa	8 B: Muffin GF de puré de manzana, gajos de naranja y leche L: Lasaña italiana GF, mezcla de verduras de Normandía, pera fresca y leche S: Taza de yogur de fresa y plátano, cereal GF EDS: 100% jugo de manzana, galletas Graham GF	9 B: Sándwich GF Bagel, pavo y queso, manzana fresca, leche L: Subs de albóndigas GF, albóndigas GF, judías verdes, taza de duraznos, leche, S: GF Multigrain Cheerios, 100% jugo de naranja y mandarina EDS: Plátano fresco, taza de gelatina	10 B: Tazón de cereales GF, plátano fresco y leche L: Ensalada de pollo BBQ, GF Roll, frijoles, maíz y tomates, taza de frutas tropicales, leche, aderezo cremoso de cilantro S: Salsa de frijoles negros, chips de tortilla al horno WG EDS: Manzana fresca, GF Mantequilla de sol Bar
13 B: Galleta GF, rodajas de manzana con canela, leche y gelatina L: Nuggets de pollo GF, arroz salteado, mezcla de verduras Normandía, mezcla de frutas, leche, ketchup S: Taza de puré de manzana y fresa, galletas GF EDS: Taza de yogur de vainilla, pera fresca	14 B: Tazón de cereales GF, gajos de naranja y leche L: Pollo al horno, panecillo GF, puré de patatas con coliflor, piña cortada en cubitos y leche S: Yogur De Fresa Y Plátano, Plátano Fresco EDS: Galletas GF, 100% jugo de uva	15 B: Sándwich de muffin inglés GF, huevo y queso, melocotón cortado en cubitos y leche L: Chile de pavo, muffin de pan de maíz sin gluten, guisantes y zanahorias, puré de manzana y leche S: Zanahorias pequeñas, hummus EDS: Manzana fresca, galletas Graham GF	16 B: Waffles GF, salchicha de pavo, puré de manzana, leche, almibar L: Taco GF de fajita de pollo, tortilla GF de 6", brócoli, gajos de naranja, leche S: Jugo 100% de ponche de frutas, galletas EDS: saladas GF Copa de Frutas Tropicales, Galletas GF	17 B: Bagel GF, queso crema, plátano fresco, leche L: Ensalada de pollo con pasta y albahaca GF, pasta penne GF, zanahorias pequeñas, manzana fresca, leche y aderezo ranch S: Galletas GF, 100% jugo de manzana EDS: Taza de puré de manzana, barra de cereales GF
20 B: Tazón de cereales GF, melocotón cortado en cubitos y leche L: Espaguetis GF con salsa para pasta, pavo molido con salsa, pasta GF, judías verdes, peras cortadas en cubitos, leche S: 100% jugo de uva, galletas saladas GF EDS: Zanahorias pequeñas, hummus	21 B: Sándwich de desayuno GF, pavo y queso, taza de mandarina, leche L: Pollo a la naranja, arroz integral, salsa de naranja, brócoli, piña cortada en cubitos, leche S: novia Mantequilla de sol Sándwich EDS: Hummus de chocolate, galletas Graham GF	22 B: Muffin GF de puré de manzana, gajos de naranja y leche L: Enchiladas de queso GF, arroz español, frijoles pintos, manzana fresca y leche S: 100% Jugo de ponche de frutas, galletas saladas GF EDS: Taza de yogur de vainilla y plátano fresco	23 B: Panqueque GF, salchicha de pavo, rodajas de manzana con canela, leche y almibar L: Pastel de pollo, galleta GF, guisantes y zanahorias, melocotones cortados en cubitos y leche S: Wrap GF de pavo y queso EDS: Galletas GF, jugo 100 % de ponche de frutas	24 B: Galleta GF, plátano fresco, leche, gelatina L: GF Deli Wrap, tortilla GF, espinacas, zanahorias pequeñas, pera fresca, leche, aderezo ranch S: Galletas GF, 100% jugo de manzana EDS: novia Mantequilla de sol Barra, gajos de naranja
27	28	29	30	31



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 B: Sándwich de croissant, huevo y queso, melocotón cortado en cubitos, leche L: Pan de tofu, panecillo integral, puré de patatas con coliflor, pera fresca, leche y ketchup S: Jugo 100% de ponche de frutas, galletas integrales EDS: Taza de yogur de plátano y vainilla	2 B: Panqueques, Salchicha Vegetarianapatty, Pera Fresca, Leche, Almibar L: Macarrones con queso, nuggets vegetarianos, judías verdes, manzana en rodajas, leche, salsa de tomate S: Envoltura vegetariana EDS: WG Cheddar Goldfish, jugo 100% de ponche de frutas	3 B: Bagel, Queso Crema, Plátano Fresco, Leche L: Ensaladera Fiesta de maíz, arroz integral, espinacas, gajos de naranja, aderezo Fiesta y leche S: WG Dino Bites, 100% jugo de manzana EDS: Barra de granola, gajos de naranja
6 B: Palitos de tostadas francesas, rodajas de manzana con canela, leche y almibar L: Flautas vegetarianas, frijoles pintos, maíz Mexicali, frutos rojos y leche S: Galletas Cheddar Goldfish, taza de puré de manzana EDS: pan de jengibre Galleta, 100% Jugo de Uva	7 B: Pizza de desayuno vegetariana, pera cortada en cubitos y leche L: Tofu teriyaki, arroz integral, brócoli al vapor, gajos de naranja, leche S: Galletas de oso de manzana y canela WG, pera fresca EDS: Cheez-its integrales, taza de puré de manzana y fresa	8 B: Muffin de manzana y canela, gajos de naranja y leche L: Lasaña italiana vegetariana, verduras mezcla de Normandía, pera fresca y leche S: Taza de Yogurt de Fresa y Plátano, Granola EDS: Grahams de oso de manzana y canela, 100% jugo de manzana	9 B: Sándwich De Bagel, Huevo Y Queso, Manzana Fresca, Leche L: Sub vegetariano de albóndigas, judías verdes, melocotón, leche, S: Cheerios multigrano, jugo 100% de naranja y mandarina EDS: Plátano fresco, taza de gelatina	10 B: Tazón De Cereal, Plátano Fresco, Leche L: Ensalada BBQ de tofu, panecillo integral, frijoles, maíz y tomates, taza de frutas tropicales, aderezo cremoso de cilantro, leche S: Salsa de frijoles negros, chips de tortilla EDS: integrales horneados, manzana fresca, barra Nutri Grain
13 B: Galleta, rodajas de manzana con canela, leche, gelatina L: Nuggets vegetarianos, arroz integral, mezcla de verduras Normandía, mezcla de frutas, leche, ketchup S: Copa de puré de manzana y fresa, Galletas de oso de manzana y canela WG, EDS: Taza de yogur de vainilla, pera fresca	14 B: Tazón de cereales Multi Cheerios, gajos de naranja y leche L: Pan de tofu, panecillo integral, puré de patatas con coliflor, piñas cortadas en cubitos y leche S: Taza de yogur de plátano/fresa, plátano fresco EDS: Galletas WG Cheez-it, 100% jugo de uva	15 B: Sándwich de muffin inglés, huevo y queso, melocotón cortado en cubitos, leche L: Chile vegetariano, muffin de pan de maíz, guisantes y zanahorias, puré de manzana, leche, aderezo ranch S: Zanahorias pequeñas, hummus EDS: Manzana fresca, galletas de oso de canela y manzana WG	16 B: Waffles, Salchicha Vegetarianapatty, Puré De Manzana, Leche, Almibar L: Quesadilla de tofu y queso, tortilla de 6", maíz Mexicali, gajos de naranja, leche S: Jugo 100% de ponche de frutas, galletas de pez dorado con queso cheddar EDS: Taza de Frutas Tropicales, Galletas de Animales	17 B: Bagel, Queso Crema, Plátano Fresco, Leche L: Ensalada De Pasta Con Albahaca, Pasta Penne Zanahorias pequeñas, manzana fresca, leche y aderezo ranchero S: Mezcla Chex Tradicional, 100% Jugo de Manzana EDS: Taza De Puré De Manzana, Barra De Cereal
20 B: Tazón de cereales Cheerios, melocotones cortados en cubitos y leche L: Espagueti con tofu, pasta integral, judías verdes, peras cortadas en cubitos y leche S: 100% Jugo de Uva, Manzana Cinn. Galletas de oso EDS: Zanahorias pequeñas, hummus	21 B: Sándwich de croissant, huevo y queso, taza de mandarina, leche L: Salteado de pepitas de naranja, arroz integral, pepitas vegetarianas, salsa de naranja, brócoli, piña cortada en cubitos, leche S: Mantequilla de sol Sándwich EDS: Hummus de chocolate, galletas de oso WG, manzana, canela	22 B: Muffin de manzana y canela, gajos de naranja y leche L: Enchiladas de queso, arroz español, frijoles pintos, manzana fresca, leche S: 100 Jugo de ponche de frutas, galletas saladas WG EDS: Taza de yogur de plátano y vainilla	23 B: Panqueques, Salchicha Vegetarianapatty, Rodajas de manzana con canela, leche, almibar L: Pastel vegetariano, galleta integral, guisantes y zanahorias, melocotones cortados en cubitos y leche S: Envoltura vegetariana EDS: WG Cheddar Goldfish, jugo 100% de ponche de frutas	24 B: Galleta, Plátano Fresco, Leche, Jalea L: Wrap vegetariano, tortilla WG de 8", zanahorias pequeñas, espinacas, pera fresca, leche, aderezo ranch S: WG Dino Bites, 100% jugo de manzana EDS: Barra de granola, gajos de naranja
27	28	29	30	31