



MENÚ OCTUBRE

	LUNES 30	MARTES 1	MIERCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
SOPA	Sopa de Espinaca y papa		Espagueti verde	Sopa de pasta	Arroz verde con verduras
PLATO FUERTE	Brochetas de carne con cebolla y jitomate		Milanesa de pollo	Ensalada de atún	Pastel mixteco
GUARNICION	Ensalada mixta		Ensalada mixta	Ensalada mixta	Frijoles
POSTRE	Arroz con leche		Ensalada de manzana	Fruta de temporada	Gelatina
	LUNES 7	MARTES 8	MIERCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
SOPA	Sopa de pasta	Arroz verde	Sopa de verduras	Arroz rojo	Espagueti rojo
PLATO FUERTE	Milanesa de res	Albóndigas de res	Tinga de pollo	Papas al Horno con jamon y queso	Hot dogs
GUARNICION	Calabacitas a la mexicana	Frijoles	Pepino	Frijoles	Papas salteadas
POSTRE	Fruta de Temporada	Manzana/ Pera	Arroz con Leche	Gelatina	Fruta de temporada
	LUNES 14	MARTES 15	MIERCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
SOPA	Espagueti verde	Arroz blanco con elote	Consomé de pollo con verduras	Sopa de verduras	Sopa de pasta
PLATO FUERTE	Milanesa de pollo	Picadillo de res	Pollo al pastor	Tacos de frijol	Croquetas de Atún
GUARNICION	Papas salteadas	Frijoles	Ensalada mixta	Frijoles	Ensalada mixta
POSTRE	Ensalada de manzana	Fruta de temporada	Gelatina	Galletas Marías	Fruta de temporada
	LUNES 21	MARTES 22	MIERCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
SOPA	Arroz blanco con elote	Consomé de pollo con verduras	Sopa de lentejas	Sopa de pasta	
PLATO FUERTE	Bistec en salsa de jitomate con papa y zanahoria	Pollo a las finas hierbas	Milanesa de res	Papa al horno con jamón y queso	
GUARNICION	Ensalada mixta	Frijoles	Papas salteadas	Ensalada mixta	
POSTRE	Manzana/Pera	Galletas Marías	Fruta de temporada	Arroz con leche	
	LUNES 28	MARTES 29	MIERCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 1
SOPA	Consomé de pollo con verduras	Arroz verde y verduras	Sopa de pasta	Consomé de pollo con verduras	
PLATO FUERTE	Tacos dorados de pollo	Albóndigas de res	Pastel mixteco	Milanesas de pollo	
GUARNICION	Ensalada mixta	Frijoles	Ensalada mixta	Frijoles	
POSTRE	Galletas Marías	Gelatina	Plátanos con crema	Maíz Palomero	