



MENÚ

Del 14 al 18 de Junio de 2021

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Consomé	Consomé de res con elotitos	Sopa de estrella	Caldo de papa y queso	Consomé de vegetales	Consomé con garbanzo
Kcal	120	115	120	125	120
Desayuno	Huevo con champiñones	Huevo con tocino	Chilaquiles en salsa morita	Molletes	Salchichas con verduras
Kcal	236.1	396	148.1	276	398.1
Guisado #1	Pollo con chile morita	Albondigas de carne molida de res	Cerdo en adobo	Pollo a la mostaza	Menudo
Kcal	357	378.5	334	315	355.5
Saludable	Pescado a la plancha con arroz y vegetales asados	Filete de cerdo asado con arroz blanco y vegetales	Pollo a las finas hierbas, arroz al cilantro y vegetales	Queso panela con nopales, arroz poblano y vegetales asados	Cerdo con pimientos, arroz al vapor y vegetales salteados
Kcal	459.5	425.9	400.2	447.4	437.5
Antojo	Enchiladas rojas de queso	Tostadas de tinga con papa	Tacos dorados de papa con queso	Burritos de cochinita	Pizza
Kcal	518	432	524	425.9	579
Guarnición #1	Frijol con tocino	Frijol con cebolla	Frijol refrito	Frijol con chorizo	Frijol con queso cotija
Kcal	140	144	140	184	140
Guarnición #2	Arroz a la mostaza	Arroz blanco con chicharo	Arroz con elote	Arroz poblano	Spaguetti
Kcal	130.2	133	137	134.1	138
Vegetales	Vegetales asados	Vegetales al vapor	Zanahoria con brócoli	Vegetales al vapor	Zanahorias asadas
Kcal	44.5	45	37.6	30.6	45.4
Especial	Pechuga Cordon blue	Milanesa de pollo	Yakisoba mixto	Quesabirrias	Sushi bolas
Postre	Gomitas	Fruta picada	Gelatina	Bocadín	Gelatina
Kcal	40	20	18	35	18