

Calendario

Octubre 2021



Comedor Escolar CSPM

"Con una alimentación adecuada, llevaremos una vida saludable".

**Recordatorio:
Los lunes no habrá desayuno**

Menú de Desayuno Octubre 2021

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1
No Desayuno				Jugo Uva Blanca/ Piña Reb. Bocadillo de Jamón y queso Americano Leche Fresca
4	5	6	7	8
No Desayuno	Jugo de Uva 100% Melocotones Farina GE Queso Cheddar Leche Fresca	Jugo de China 100% Melón Cantaloupe Avena GE, Pan Criollo tostado con Margarina Leche Fresca	Jugo de Piña Salsa de Manzana Emparedado de Jamón y Queso Americano Leche Fresca	Jugo de Manzana 100% Melón de Agua Cereal Seco con Miel GE Huevo Hervido Leche Fresca
11	12	13	14	15
No Desayuno	Fresas Frescas en Mitades Peras en Mitades Farina GE, Queso Cheddar Leche Fresca	Melón Cantaloupe Pancakes GE Jamón Leche Fresca	Jugo de Uva Coctel de Frutas Avena GE Leche Fresca	NO CLASES
18	19	20	21	22
No Desayuno	Piña en Cubitos Farina GE, Queso Americano Galletas de Soda Leche Fresca	Jugo de China 100%/ Papaya Salchichas, Tostadas con Margarina Leche Fresca	Jugo de Manzana 100% China Avena GE Panecillo GE con Margarina Leche Fresca	Melón de Agua Pancakes GE Leche Fresca
25	26	27	28	29
No Desayuno	Jugo de Piña, Coctel de Frutas Queso Cheddar, Pan Criollo tostado con Margarina Leche Fresca	Jugo de Manzana/ Melón Honeydew, Avena GE Panecillo con Mermelada Leche Fresca	Guineo Maduro/Fresas Reb. Cereal Seco con Miel GE Leche Fresca	Jugo de China/ Melocotones Farina GE, Tostadas con Margarina Leche Fresca

Menú Sujeto a Cambios

Menú Sujeto a Cambios				1
				Burrito de Pollo Lechuga Romana y Tomate Papas Majadas, Panecillo Salsa de Manzana Leche Fresca
4	5	6	7	8
Carne de Res Guisada con Papas, Arroz GE Habichuelas Coloradas Guisadas con Calabaza Maiz, Piña en Trozos Leche Fresca	Rotini GE con Pechuga de Pollo, Repollo y Zanahoria, Platano Maduro Panecillo GE, Melocotones Jugo de Frutas 100% Leche Fresca	Hamburger de Res con Queso Americano Lechuga y Tomate Pan de Hamburger GE, Papas Wedge, Peras Leche Fresca	Pollo al Horno, Pan de Emparedado GE, Arroz GE Guisado con Habichuelas Repollo y Remolacha Manzana y Melocotones Leche Fresca	Tortilla Española, Arroz GE Hab. Pintas con Calabaza Ensalada de Brecol/ Tomate Melón de Agua Leche Fresca
11	12	13	14	15
Macarrones con carne Molida de Cerdo Repollo y Zanahoria Panecillo GE Peras Rebanadas Leche Fresca	Caderas de Pollo Guisadas Arroz GE, Hab, Guisadas con papas Lechuga Romana y tomate Melocotones Rebanados Leche Fresca	Emparedado de Pavo Lechuga Americana y Tomate, Papas Wedge Piña Molida Leche Fresca	Pizza de Queso Repollo Lila, Zanahoria Rallada Albaricoques Rebanados Leche Fresca	NO CLASES
18	19	20	21	22
Ens de Papas Pollo al horno Arroz GE Garbanzos Con Calabaza Coliflor Piña Rebanada Leche Fresca	Burrito De Fajitas de Res Lechuga Romana y Tomate Panecillo GE Refrito de Habichuelas Melocotones en Cubitos Leche Fresca	Albondigas en Salsa, Arroz GE, Habichuelas guisadas con papas, Brecol con Margarina Coctel de Frutas Leche Fresca	Pollo al Horno, o al Caldero Ens. De Coditos GE Panecillo GE, Guisantes, Zanahorias y Maíz Melón de Agua Leche Fresca	Masitas de Cerdo Arroz GE con Hab. Pintas Maíz y tomate Salsa de Manzana y Papaya Fresca Leche Fresca
25	26	27	28	29
Pollo Pepper Arroz GE con Gandules Coleslaw Guineo Maduro Jugo de Frutas 100% Leche Fresca	Spaguettis con Carne Molida de Res, Batata Mameya Vegetales Mixtos Panecillo GE Peras en Cubitos Leche Fresca	Chuleta de Cerdo a la Jardinera, Arroz GE Hab. Guisadas con Calabaza Maíz y tomate Melocotones Leche Fresca	Fillettes de Pescado al horno Arroz GE guisado con Hab. Lechuga Romana Y Zanahoria Aceite y Vinagre Coctel de Frutas Leche Fresca	Burrito de Pollo Lechuga Romana y Tomate Papas Majadas Panecillo Salsa de Manzana Leche Fresca