


Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>1 Día Festivo La leche se sirve simple, 1% para niños de 24 meses y mayores, bebes de 12-23 meses reciben leche entera WW = Integral WG = Grano integral</p>	<p>2 8-11 me.: Leche materna o formula, frijoles negros, peras 12-23 me.: Sopa de salsa y frijoles, queso rallado Monterey Jack y Cheddar Chicharos Rebanadas de manzana Galletas saladas integrales Leche</p>	<p>3 8-11 me.: Leche materna o formula, jamón y camote machucados 12-23 me.: Sub (jamón, queso mozzarella en panecito Hoagie cortados en pedazos chicos) Rajas de camote-picados Piña molida Leche</p>	<p>4 8-11 me.: Leche materna o formula, frijoles y coliflor 12-23 me.: Chili vegetariano (frijoles, cebolla, tomate, ajo, chile campana) Coliflor-a vapor Duraznos Pan de maíz con mantequilla Leche</p>	<p>5 8-11 me.: Leche materna o formula, yema de huevo y zanahorias 12-23 me.: Emparedado de ensalada de huevo en pan integral Zanahorias cocidas Tomate picado Uvas picadas Leche</p>
<p>8 8-11 me.: Leche materna o formula, carne molida de pavo y calabaza 12-23 me.: Albóndigas puerco espín (carne molida de pavo, arroz integral, bollo integral) Calabaza asada Naranja mandarina Leche</p>	<p>9 8-11 me.: Leche materna o formula, pavo y coliflor 12-23 me.: Rollitos (pavo y queso en tortilla integral) Coliflor asada Duraznos picados Leche</p>	<p>10 8-11 me.: Leche materna o formula, pollo y ejotes verdes 12-23 me.: Pollo asado Retoños de Bruselas asados Rajas delgaditas de manzana sin cascara Palitos suaves de pan Leche</p>	<p>11 8-11 me.: Leche materna o formula, frijoles y brócoli 12-23 me.: Sopa de frijoles judíos brócoli-a vapor o asado Uvas picadas Galletas saladas Leche</p>	<p>12 8-11 me.: Leche materna o formula, frijoles negros y zanahorias 12-23 me.: Frijoles rojos y arroz integral Zanahorias a vapor Puré de manzana Leche</p>
<p>15 Día Festivo</p> 	<p>16 8-11 me.: Leche materna o formula, habas y brócoli 12-23 me.: Macarrón con queso Habas-machucadas o picadas Brócoli-a vapor o asado Peras y kiwi-picados Leche</p>	<p>17 8-11 me.: Leche materna o formula, pollo y chicharos 12-23 me.: Fajitas de pollo (pollo con sazón, chile rojo y verde y cebolla suave todo picadito) Tortillas integrales Coliflor a vapor o asada Piña molida Leche</p>	<p>18 8-11 me.: Leche materna o formula, carne molida de res y calabaza 12-23 me.: Platillo de carne molida horneada Papas rojas y calabaza (picada o machucada) Chabacanos picado Bollo integral Leche</p>	<p>19 8-11 me.: Leche materna o formula, cereal-infante y chicharos 12-23 me.: Platillo de atún con tallarines Chicharos Uvas rojas picadas Leche</p>
<p>22 8-11 me.: Leche materna o formula, carne molida de res y zanahoria 12-23 me.: Sopa de Res con verdura Italiana (res, frijoles judíos (machucados) elote, zanahoria, col, tomate, cebolla, ejotes verdes) Queso rallado Galletas saladas Plátano Leche</p>	<p>23 8-11 me.: Leche materna o formula, pollo y brócoli 12-23 me.: Arroz Con Pollo Brócoli- a vapor o asado Probar: trocitos de Jícama delgaditos Mango, picado Leche</p>	<p>24 8-11 me.: Leche materna o formula, carne molida de res y espinacas 12-23 me.: Espagueti (pasta, carne molida de res, salsa) Espinacas guisadas Peras, picadas Palitos suaves de pan Leche</p>	<p>25 8-11 me.: Leche materna o formula, pollo y chicharos 12-23 me.: Pepitas de pollo hechas en casa Elote Duraznos picados Bollo integral Leche</p>	<p>26 8-11 me.: Leche materna o formula, yema de huevo y papas 12-23 me.: Huevos revueltos Papas rojas asadas Puré de manzana Tortillas de harina integral Leche</p>
<p>29 8-11 me.: Leche materna o formula, frijoles negros y zanahorias 12-23 me.: Lasaña vegetal Frijoles negros machucados Peras picadas Pan Francés Leche</p>	<p>30 8-11 me.: Leche materna o formula, carne de cerdo y chicharos 12-23 me.: Pozole (cerdo, cebolla, grano, sazón) Queso Monterey Jack rallado Chicharos Piña molida Tortillas de maíz Leche</p>	<p>31 8-11 me.: Leche materna o formula, frijoles machucados y brócoli 12-23 me.: Frijoles rojos y arroz Brócoli, a vapor Duraznos picados Leche</p>	<p>***Para bebes de 8-11 meses, la fruta y verduras necesitan ser simples, cocida o suave, en pedazos chicos, machucada o en puré; los frijoles deben ser en puré o machucados * Modificar las texturas según sea necesario</p>	<p>** Para bebes de 8-11 meses, la carne debe ser simple y molida, en pedazos chicos y suaves o en puré; machucar la yema de huevo con formula, leche materna o agua</p>