




	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	<p>WW = integral WG = grano integral A los bebés de 12-23 meses se les sirve leche entera, simple.</p>	<p>Para bebés de 8-11 me, la fruta y verdura debe ser simple, cocida o suave, en pedazos chicos, machucada o en puré; los frijoles deben ser en puré o machucados</p>	<p>1 8-11 me.: Leche materna o fórmula, carne de pavo molida y camote machucado 12-23 me.: Sloppy Mikes (carne de pavo-molida, tomate, elote, bollo integral) Queso Cheddar rallado Camotes asados Piña molida Leche</p>	<p>2 8-11 me.: Leche materna o fórmula, frijoles y brócoli 12-23 me.: Sopa de brócoli y queso Cheddar Puré de manzana Bollo integral Leche</p>	<p>3 8-11 me.: Leche materna o fórmula, carne de res molida y espinacas 12-23 me.: Moños de pasta con tomate y carne de res-molida Espinacas guisadas Uvas picadas Leche</p>
6	<p>8-11 me.: Leche materna o fórmula, jamón y zanahorias 12-23 me.: Pizza (queso, jamón picado, cebolla, salsa de tomate, corteza) Zanahorias cocidas Tomate picado Chabacanos picados Leche</p>	<p>7 8-11 me.: Leche materna o fórmula, carne de res y zanahorias 12-23 me.: Sopa de verdura Italiana y carne de res (carne de res, frijoles, elote, zanahorias, repollo, tomate, cebolla, ejotes verdes) Queso rallado Galletas saladas-integrales Naranja mandarina Leche</p>	<p>8 8-11 me.: Leche materna o fórmula, frijoles y zanahorias 12-23 me.: Burritos (frijol pinto y queso en tortilla de harina) Zanahorias a vapor Piña molida Leche</p>	<p>9 8-11 me.: Leche materna o fórmula, carne de pavo molida y camote 12-23 me.: Pavo asado Relleno (cubos de pan y sazón) Camotes y peras Duraznos picados Leche <i>Probar: Arándanos frescos vea la receta</i></p>	<p>10</p> <p>Día Festivo</p> 
13	<p>8-11 me.: Leche materna o fórmula, carne de res y chicharos 12-23 me.: Tacos (carne de res-molida, queso rallado, tortilla de grano integral) Tomate picado y aceitunas Duraznos picados Leche</p>	<p>14 8-11 me.: Leche materna o fórmula, frijoles y coliflor 12-23 me.: Chili vegetariano (frijoles, cebolla, tomate, ajo, chile campana) Coliflor-a vapor o asada Chabacanos picados Pan de maíz Leche</p>	<p>15 8-11 me.: Leche materna o fórmula, pollo y calabaza 12-23 me.: Arroz Con Pollo Calabaza de castilla asada Puré de manzana Leche</p>	<p>16 8-11 me.: Leche materna o fórmula, pollo y chicharos 12-23 me.: Pollo Alfredo-ligero (pollo, pasta de grano integral, queso parmesano) Chicharos Piña molida Leche</p>	<p>17 8-11 me.: Leche materna o fórmula, huevo duro y espinacas 12-23 me.: Emparedado de ensalada de huevo Espinacas guisadas Naranja mandarina Leche</p>
20	<p>8-11 me.: Leche materna o fórmula, carne de res, brócoli 12-23 me.: Hamburguesa (bollo integral, torta de res) Brócoli-a vapor o asada Duraznos picados Leche</p>	<p>21 8-11 me.: Leche materna o fórmula, carne de pollo molida y calabaza 12-23 me.: Pollo asado-picado Arroz integral-grano grande Peras picadas Leche</p>	<p>22 28-11 me.: Leche materna o fórmula, carne de cerdo y chicharos 12-23 me.: Pozole (carne de cerdo, cebolla, grano, sazón) Queso Monterey Jack, rallado Chicharos Plátanos Tortillas de maíz Leche</p>	<p>23</p> <p>Día Festivo</p> 	<p>24</p> <p>Día Festivo</p> 
27	<p>8-11 me.: Leche materna o fórmula, frijoles y chicharos 12-23 me.: Sopa de salsa y frijoles Queso Monterey Jack y Cheddar rallado Chicharos Rebanadas de Durazno Galletas saladas Leche</p>	<p>28 8-11 me.: Leche materna o fórmula, carne de res molida y puré de ejotes verdes 12-23 me.: Platillo Stroganoff de carne de res Tallarines de grano integral Ejotes verdes Puré de manzana Leche</p>	<p>29 8-11 me.: Leche materna o fórmula, cereal para infante y frijoles negros machucados 12-23 me.: Lasaña-verdura Frijol negro-machucados Zanahoria rallada Chabacanos picados Leche</p>	<p>30 8-11 me.: Leche materna o fórmula, carne de pollo molida y puré de zanahorias 12-23 me.: Pollo a la BBQ Arroz integral-grano grande Zanahorias a vapor Piña molida Leche</p>	<p>Para bebés de 8-11 me, la carne debe ser simple y molida, en pedazos chicos suaves o en puré; machucar el huevo cocido con fórmula, leche materna o agua.</p>