

LISTA DE LUNCH

C.I.

Mes: JUNIO

Programa de Lenguaje: Dulces Mexicanos

El lunch es para 13 niños

SEMANA : DEL 6 AL 10 DE JUNIO

DIA	NIÑO	ALIMENTO	PROTEINA	VERDURA	FRUTA	AGUA
lunes	Rodrigo	Alegría	Pasta	Pepino	Sandía	Jamaica
martes		Cocada	Carne	Papa	Naranja	Limón
miércoles		Palanqueta	Leguminosas	Zanahoria	Papaya	Horchata
jueves		Dulce de leche	Cereal	Jícama	Plátano	Jamaica
viernes		Tamarindo	Ave	Jitomate	Manzana	Limón

SEMANA : DEL 13 AL 17 DE JUNIO

DIA	NIÑO	ALIMENTO	PROTEINA	VERDURA	FRUTA	AGUA
lunes	Iker	Muégano	Pasta	Pepino	Sandía	Jamaica
martes		Chocolate	Carne	Papa	Naranja	Limón
miércoles		Mazapán	Leguminosas	Zanahoria	Papaya	Horchata
jueves		Pepitoria	Cereal	Jícama	Plátano	Jamaica
viernes	PICNIC DEL DIA DEL PADRE					

SEMANA : DEL 20 AL 24 DE JUNIO

DIA	NIÑO	ALIMENTO	PROTEINA	VERDURA	FRUTA	AGUA
lunes	Rebeca	Ate	Pasta	Pepino	Sandía	Jamaica
martes		Merengue	Carne	Papa	Naranja	Limón
miércoles		Gloria	Leguminosas	Zanahoria	Papaya	Horchata
jueves		Cacahuete garapiñado	Cereal	Jícama	Plátano	Jamaica
viernes	LUNCH COMPARTIDO					

TE RECORDAMOS QUE LOS
EMBUTIDOS, ENLATADOS
Y JARABES
NO ENTRAN EN NUESTRA
LISTA DEL LUNCH

CEREALES:

ARROZ

PASTA

PAN

TRIGO

AVENA

MAIZ

SORGO

CENTENO

CEBADA

SEMILLAS:

AMARANTO

AJONJOLI

CACAHUATE

NUEZ

PISTACHE

ALMENDRA

BELLOTA

AVELLANA

LEGUMINOSAS:

GARBANZO

LENTEJA

FRIJOL

JUDIA

HABA

CHICHARO

SOYA