

# CAFETERÍA

“Meal Plan” de esta semana

Abril 1 al 5



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>Sopa del día</b>	Sopa de verduras	Crema de elote	Sopa de estrellitas	Lentejas	Caldo de verduras con arroz
<b>Plato fuerte</b>	Flautas	Milanesa de pollo empanizada	Tostadas con frijoles y carne deshebrada	Fajitas de pollo	Tacos de pescado
<b>Guarniciones</b>	Frijoles	Ensalada de betabel y espinacas	Ensalada verde con tomate, huevo duro, y betabel, aderezo y crutones opcional	Vegetales mixtos	Papas al cilantro en cubos
	Arroz	Pasta seca	Arroz blanco	Espagueti verde	Repollo con cebolla morada
<b>Postre</b>	Flan	Galleta surtida	Pay de limón	Panqué	Oblea
<b>Agua del día</b>	Agua de limón	Agua de jamáica	Agua de limón	Agua de frutas	Agua de fruta de temporada

# CAFETERÍA

“Meal Plan” de esta semana

Abril 8 al 12



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>Sopa del día</b>	Lentejas	Crema de champiñones	Crema de zanahoria	Sopa de pasta con verduras	Crema de brócoli
<b>Plato fuerte</b>	Lasaña de res	Milanesa de pollo con jamón y queso	Empanadas de atún con vegetales	Tostitacos con picadillo, frijoles y ensalada de lechuga	Pescado a la plancha
<b>Guarniciones</b>	Brócoli, chayote y zanahoria al vapor	Ensalada de lechuga con pepino, zanahoria y jícama en cubos. Aderezo italiano	Verduras al vapor	Tiritas de apio y zanahoria con aderezo ranch	Coliflor al vapor con tajín
	Bolillo tostado	Arroz	Espagueti rojo	Papas al limón	Sopa de coditos con crema y jamón
<b>Postre</b>	Cocada	Gelatina	Mazapán	Panqué	Flan
<b>Agua del día</b>	Agua de limón	Agua de jamáica	Agua de limón	Agua de jamáica	Agua de frutas

# CAFETERÍA

“Meal Plan” de esta semana

Abril 29 a Mayo 3



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>Sopa del día</b>	Crema de calabaza	Consomé de fideo		Caldo de verduras	Crema de brócoli
<b>Plato fuerte</b>	Albóndigas en salsa de tomate	Pastel Azteca		Atún con elote	Pollo al cilantro y limón
<b>Guarniciones</b>	Brócoli con queso	Calabacitas con elote		Coditos con jamón	Ensalada de vegetales
	Espagueti rosa	Tiritas de pepino, zanahoria y jícama		papitas en cubos	Arroz rojo
<b>Postre</b>	Galleta con nutella	Arroz con leche		Oblea de leche quemada	Fruta en cubos
<b>Agua del día</b>	Agua de limón	Agua de frutas		Agua de limón	Agua de fruta de temporada

# CAFETERÍA ESTANCIAS



Abril 1 al 5

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>Sopa del día</b>	Sopa de verduras	Crema de elote	Sopa de estrellitas	Lentejas	Caldo de verduras con arroz
<b>Plato fuerte</b>	Flautas	Milanesa de pollo empanizada en avena	Tostadas con frijoles y carne deshebrada	Fajitas de pollo	Tacos de pescado
<b>Guarniciones</b>	Frijoles	Pasta seca	Ensalada verde con tomate, huevo duro, y betabel, aderezo y crutones opcional	Vegetales mixtos	Papas al cilantro en cubos
<b>Postre</b>	Flan	Galleta surtida	Pay de limón	Panqué	Oblea
<b>Agua del día</b>	Agua de limón	Agua de jamáica	Agua de limón	Agua de frutas	Agua de fruta de temporada
<b>Merienda</b>	Mollete	Fruta con chilito o yogurth	Sandwich Integral jamón	Hot Cakes	Jícama, y zanahoria rallada al gusto

# CAFETERÍA

## ESTANCIAS



Abril 8 al 12

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>Sopa del día</b>	Lentejas	Crema de champiñones	Crema de zanahoria	Sopa de pasta con verduras	Crema de brócoli
<b>Plato fuerte</b>	Lasaña de res	Milanesa de pollo con jamón y queso	Empanadas de atún con vegetales	Tostitacos con picadillo, frijoles y ensalada de lechuga	Pescado a la plancha
<b>Guarnición</b>	Brócoli, chayote y zanahoria al vapor	Ensalada de lechuga con pepino, zanahoria y jícama en cubos. Aderezo italiano	Espagueti rojo	Tiritas de apio y zanahoria con aderezo ranch	Sopa de coditos con crema y jamón
<b>Postre</b>	Cocada	Gelatina	Mazapán	Panqué	Flan
<b>Agua del día</b>	Agua de limón	Agua de jamáica	Agua de limón	Agua de jamáica	Agua de frutas
<b>Merienda</b>	Fruta con yoguth y granola	Gordita de frijol y queso	Coctel de fruta	Quesadillas de harina integral	2 Taquitos de picadillo y frijol

# CAFETERÍA

## ESTANCIAS



Abril 29 a Mayo 3

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>Sopa del día</b>	Crema de verduras	Consomé de fideo	Asueto	Caldo de verduras	Crema de brócoli
<b>Plato fuerte</b>	Albóndigas en salsa de tomate	Pastel Azteca		Atún con elote	Pollo al cilantro y limón
<b>Guarnición</b>	Espagueti rosa	Calabacitas con elote		Coditos con jamón	Ensalada de vegetales
<b>Postre</b>	Palanqueta de cacahuete	Arroz con leche		Oblea de leche quemada	Fruta en cubos
<b>Agua del día</b>	Agua de limón	Agua de jamáica		Agua de limón	Agua de jamáica
<b>Merienda</b>	Sandwich de nutella	Elote desgranado preparado		Sincronizada	Tostadas con frijol y queso espolvoreado