



Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes	Sabado
  Octubre 2021 				1	2
				Pollo c/Mango Arroz Integral Chile y Cebolla Ensalada de Espinaca Fruta Fresca	Eleccion del Chef Jugo Fruta Fresca
4	5	6	7	8	9
Pescado con Cilantro y Limon Arroz Espinacas Jugo Fruta Fresca	Pollo al Curry de Coco Arroz Verduras Orientales Sopa de Vegetables Oriental Fruta Fresca	Estofado de Carne Pure de Papa con Ajo Verduras Mixtas Ensalada Fruta Fresca	Pescado c/ Hierbas y Limon Arroz Ejotes Sopa de Lentejas Fruta Fresca	Chili Vegetariano Pan de Maiz (Tomate, Chile, Elote) Ensalada Fruta Citrica	Eleccion del Chef Jugo Fruta Fresca
11	12	13	14	15	16
Pescado Empanizado con Salsa de Tartara Arroz c/hierbas Verduras Mixtas Italianas Jugo Fruta Fresca	Bistec Salisbury con Gravy Pure de Papas Verduras Mixtas Sopa de Espinacas Fruta Fresca	Pavo con Gravy Papas Rojas Chicharos Ensalada Primavera Duranos Enlatados	Pollo Estilo Baja Arroz y Frijoles Elote Mexicano Sopa de Repollo Fruta Fresca	Res con Brocoli Arroz Integral (Brocoli) Ensalada Fruta Citrica	Eleccion del Chef Jugo Fruta Fresca
18	19	20	21	22	23
Carne de Res Frijoles Pintos Sazonados Verduras Mixtas Jugo Fruta Fresca	Pescado Veracruzano Arroz Integral Brocoli/ Coliflor Sopa de Frijol negro Peras Enlatadas	Fajitas de Pollo Frijoles Negros Chile y Cebolla Ensalada Tortilla de Harina Fruta Fresca	Puerco Asado Papas Dulces Bruselas Sopa de Verdura Fruta Citrica	Pavo Tailandes Arroz Verduras Mixtas Col Asiatico Fruta Fresca	Eleccion del Chef Jugo Fruta Fresca
25	26	27	28	29	30
Pozole De Pollo Maiz Verduras Mixtas Jugo Fruta Fresca	Tortellini de Queso (Pasta) Verduras Mixtas Italianas Sopa Minestrone Fruta Fresca	Mole de Pollo Arroz Mexicano Brocoli Ensalada Jardin Bocaditos de Piña	Res cocido con Gravy Pure de Papa Chicaro y Cebolla Sopa Cremosa c/ Apio Fruta Citrica	Pescado Sesamo c/ Jengibre Arroz al Vapor Verduras de Invierno Ensalada Primavera Fruta Fresca	Eleccion del Chef Jugo Fruta Fresca