



Lunes

Martes

Miercoles

Jueves

Viernes

Sabado

Preparado Diario con Ingredientes fresco:

- Aguas Frescas (Jugos hechos con frutas frescas)
- Aderezos para ensaladas recién hechos

Preparado por CLSF Personal: Yulissa

Tostadas de Frijoles 6

Negros con Pollo

Lechuga romana rallada,
tomate y cilantro fresco
Manzana con jarabe de
agave bajo de azucar

Puerco en Salsa Verde 7

Frijol Negro,
Arroz integral
Copa de Melon

Pastel de Carne 8

Ejotes verdes al vapor,
calabazas amarilla y papas
rostizadas
Pan WW (2)
Gelatina de Limon

Sopa Italiana de 9

Frijoles Blanco
con Salchicha de Pollo
Tortilla de Maiz (2)
Copa de Durazno

Pescado al Horno 10

con ajo y especias
Camotes
Repollo encurtido,
Copa de frutas tropicales

Pollo al Horno 13

Papas Rostizadas
Maiz al Vapor
Pan de Trigo
Copa de Pera

Sopa de albóndigas 14

Zanahorias, Apio en
cubos, Calabacín y
Tomate
Tortillas de maíz (2)
Banana

Cacerola Mexicana 15

Carne Molida, Elote,
Queso, Tortilla, Frijol
Pinto, Pico de gallo
Naranja

Pescado al Horno 16

con ajo y especias
Camotes
Repollo encurtido,
Copa de frutas tropicales

Sandwich de Vegetales 17

Rostizados y Pesto
mozzarella, rucula y pesto,
Sopa de Zanahoria y
calabacin
pan integral (2)
Gelatina de Fresa

Puerco Deshebrado 20

Patatas asadas,
Quinoa con guisantes y
zanahorias
Copa de puré de manzana

Chile Con Carne 21

Carne Molida, Frijoles,
Apio en Salsa de
Tomate, col rizada
Pan de Maiz
Taza de Fruta Tropical

Arroz Frito al Estilo 22

**Oriental con Huevo y
Vegetales**
Salteados de la temporada,
brocoli fresco al vapor
Copa de Durazno

Tostadas de Carne 23

Carne de Res, Lechuga,
tomate y queso.
frijoles pintos.
WW Tostadas de maíz (2)
Copa de bayas mixtas frescas

Sopa de Pollo Minestrone 24

Zanahoria, ejote, apio,
tomate, calabacin,
Galletas saladas
Melon o fruta fresca

WW/Espagueti con Carne 27

**en Salsa de Chile Rojo
Dulce**

Ensalada de Espinaca con
Naranja
Taza de Piña

Paella de Pollo 28

Pollo, Salchicha, Tomate y
Chicharos
Arroz integral con Azafran
Copa de Durazno

Tacos de Pescado 29

Elote, tomate, cebolla y
cilantro. Ensalada de Col
Tortillas de maiz (2)
Banana

Pozole de Puerco 30

Puerco, maiz, chile rojo y
verde dulce, repollo, rabajo
y cebolla
Tostadas de maiz (2)
Taza de Piña

Pasta Penne con 31

Pollo al Pesto
Ensalada primavera con
tomate Cherry
Fruta Fresca de temporada

****El menú de CLSF puede contener alérgenos alimentarios. Por favor pregunta a un miembro del personal sobre los contenidos del menú.****

****Algunos alimentos no estarán disponibles y una sustitución será requerida.****