

Guía de lonchera



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1 Octubre Manzana Galletas integrales Jugo de mango	2 Octubre Durazno Maní de sal Galletas Saltín Jugo de banano	3 Octubre Mandarina Uvas pasas Tostadas integrales Jugo de naranja	4 Octubre Kiwi Nueces Pan integral Jugo de uva	5 Octubre Jugo de naranja Gelatina Galletas Papaya
Semana de receso				
15 Octubre festivo	16 octubre Papaya Pony malta Arepa con mortadela Nucita	17 Octubre Banano Jugo de naranja Galletas con mantequilla de maní	18 Octubre Manzana Leche vegetal Tostadas de ajo Bocado	19 Octubre Mango picado Galletas de sal Maicitos Jugo de fresa
22 Octubre Jugo de piña Cereal Yogurt Granadilla	23 Octubre Jugo de maracuyá Sándwich manzana	24 Octubre Jugo de lulo Galletas integrales Pera	25 Octubre Mango Dulce de mora Galletas club social Jugo de lulo	26 Octubre Jugo de pera Yogurt con cereal Galletas integrales Piña picada
29 Octubre Arándanos Arepa de maíz con aguacate Jugo de maracuyá Festival de vainilla	30 Octubre Pera Tostadas con mermelada Jugo de fresa Festivales de limón	31 Octubre Mandarina Cereal integral Leche de almendras Galletas oreo		