

# GUIA DE LONCHERA

## SEPTIEMBRE



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Fresas picadas Hamburguesa de atún. Kumis	Mango picado Queso con bocadillo Jugo natural	Manzana Galletas integrales Jugo de mango	Durazno Maní de sal Galleta club social	Mandarina Uvas pasas Tostadas con mantequilla Jugo de guayaba
Kiwi Queso con bocadillo Pan integral Jugo de uva	Mango picado Galletas de sal Con mermelada Jugo	Arándano Milo Tajada de ponqué	Banano Rollito de jamón y queso Galleta de miel	Mandarina Cereal con leche Galleta club social Jugo
Pera Arepa con queso y tajada de jamón Jugo	Papaya picada Kumis Una mogolla	Frutas picadas Yogurt griego con granola Galletas de avena	Fresas picadas Sándwich de pavo con tomate Avena natural	Granadilla Pan con atún Jugo natural
Melón picado Pan con queso Jugo natural	Uvas Pan con huevo revuelto Jugo natural	Durazno Sándwich de pollo con jamón y queso Yogurt griego	Piña picada Rollito de jamón y queso Jugo natural	Yogurt griego Manzana picada Queso con bocadillo Jugo natural

