

REFRIGERIO	Preescolar 3 a 6 años	Primaria	
		7 a 10 años	11 a 12 años
Tostadas de jamón <ul style="list-style-type: none"> • Jamón en tiras • Lechuga • Tostadas • Queso • Frijoles 	2 tostadas	2 tostadas	2 tostadas
Gelatina de coco	½ tza	½ tza	½ tza
Agua de piña	1	1	1

REFRIGERIO	Preescolar 3 a 6 años	Primaria	
		7 a 10 años	11 a 14 años
Quesadillas de aguacate <ul style="list-style-type: none"> • Tortilla de maíz • Queso • Aguacate 	1 quesadilla en mitades	1 quesadilla en mitades	1 quesadilla en mitades
Durazno	1 pza	1 pza	1 pza
Pepinos	½ tza	½ tza	½ tza
Juego de manzana	1	1	1

REFRIGERIO	Preescolar 3 a 6 años	Primaria	
		7 a 10 años	11 a 14 años
Elotes <ul style="list-style-type: none"> • Elotes • Limón • Sal • Chile en polvo (opcional) 	½ pza	1 pza	1 pza
Plátano con crema <ul style="list-style-type: none"> • Plátano • Crema • Azúcar 	½ tza	½ tza	½ tza
Galletas de animalitos	4	4	4
Gelatina de piña	1	1	1

REFRIGERIO	Preescolar 3 a 6 años	Primaria	
		7 a 10 años	11 a 14 años
Carne árabe	½ tza	½ tza	¾ tza
Tortilla de harina	1 pza	1 pza	2 pza
Gelatina de uva	1	1	1
Yogur	1	1	1

REFRIGERIO	Preescolar 3 a 6 años	Primaria	
		7 a 10 años	11 a 14 años
Cebiche de atún <ul style="list-style-type: none"> • Atún • Cebolla • Cilantro • Jitomate 	½ tza	½ tza	½ tza
Galletas de saladas	4	4	4
Yogur bebible	1	1	1
Agua de mango	1 vaso	1 vaso	1 vaso

REFRIGERIO	Preescolar 3 a 6 años	Primaria	
		7 a 10 años	11 a 14 años
Cuernito de frijoles <ul style="list-style-type: none"> • Cuernito • Frijoles • Jamón 	1 pza	1 pza	1 pza
Licuado de fresa <ul style="list-style-type: none"> • Leche • Fresas • Azúcar 	1 vaso	1 vaso	1 vaso
Galletas marías	4	4	4

REFRIGERIO	Preescolar 3 a 6 años	Primaria	
		7 a 10 años	11 a 14 años
Codito con atún <ul style="list-style-type: none"> • Codito • Atún • Apio • Mayonesa 	½ tza	½ tza	½ tza
Palanqueta	1	1	1
Agua de fruta	1 vaso	1 vaso	1 vaso
Gelatina	½ tza	½ tza	½ tza

REFRIGERIO	Preescolar 3 a 6 años	Primaria	
		7 a 10 años	11 a 14 años
Fajitas de pollo <ul style="list-style-type: none"> • pollo • elote • jitomate 	½ tza	½ tza	½ tza
Tostadas	1	1	1
Agua de manzana	1 vaso	1 vaso	1 vaso

REFRIGERIO	Preescolar 3 a 6 años	Primaria	
		7 a 10 años	11 a 14 años
Tlacoyos de fríjol <ul style="list-style-type: none"> • tlacoyos • queso • crema • lechuga 	2	2	2
Gelatina de yogur	½ tza	½ tza	½ tza
Agua de tamarindo	1 vaso	1 vaso	1 vaso

REFRIGERIO	Preescolar 3 a 6 años	Primaria	
		7 a 10 años	11 a 14 años
Baguette de pechuga de pavo. <ul style="list-style-type: none"> • Baguette • Pechuga de pavo • Mayonesa • Frijoles • Lechuga • Jitomate 	½ baguette	1 baguette	1 baguette
Jícama rayada	½ tza	³ / ₄ tza	³ / ₄ tza
Gelatina	½ tza	½ tza	½ tza
Agua de naranja	1 vaso	1 vaso	1 vaso

REFRIGERIO	Preescolar 3 a 6 años	Primaria	
		7 a 10 años	11 a 14 años
Tacos dorados de pollo <ul style="list-style-type: none"> • Pollo • Tortillas • Lechuga • Crema • Salsa (opcional) 	2 tacos	2 - 3 tacos	3 tacos
Naranjas	1 pza	1 – 1 ½ pza	2 pza
Agua de sabor	1 vaso	1 vaso	1 vaso

REFRIGERIO	Preescolar 3 a 6 años	Primaria	
		7 a 10 años	11 a 14 años
Tortitas de papa <ul style="list-style-type: none"> • Papa • Huevo • Atún 	1 – 2 pza ½ tza	2 pza ¾ tza	2 – 3 pza 1 tza
Melón picado	½ tza	¾ tza	1 tza
Agua de sabor	1 vaso	1 vaso	1 vaso

REFRIGERIO	Preescolar 3 a 6 años	Primaria	
		7 a 10 años	11 a 14 años
Espagueti boloñesa <ul style="list-style-type: none"> • Espagueti • Carne molida • Papa • Jitomate • Zanahoria • Chicharos 	½ tza	¾ tza	1 tza
Tortillas	1 pza	1 – 2 pza	2 – 3 pza
Agua de sabor	1 vaso	1 vaso	1 vaso

REFRIGERIO	Preescolar 3 a 6 años	Primaria	
		7 a 10 años	11 a 14 años
Tortilla Española <ul style="list-style-type: none"> • Huevo • Jamón de pavo • Queso 	½ pieza	1 pieza	1 pieza
Plátano	½ tza	¾ tza	1 tza
Galleta Habanera	1 pza	1 – 2 pza	2 – 3 pza
Agua de sabor	1 vaso	1 vaso	1 vaso

REFRIGERIO	Preescolar 3 a 6 años	Primaria	
		7 a 10 años	11 a 14 años
Rollitos de queso y jamón <ul style="list-style-type: none"> • Jamón • queso 	3 <ul style="list-style-type: none"> • 3 rebanadas • 3 rebanadas 	3 <ul style="list-style-type: none"> • 3 rebanadas • 3 rebanadas 	3 <ul style="list-style-type: none"> • 3 rebanadas • 3 rebanadas 3 reb de aguacate
Jícama rayada <ul style="list-style-type: none"> • Jícama • Limón • Sal 	1 vaso <ul style="list-style-type: none"> • Cantidad necesaria 	1 ½ vaso <ul style="list-style-type: none"> • Cantidad necesaria 	1 ½ vaso <ul style="list-style-type: none"> • Cantidad necesaria
Agua	1 vaso	1 vaso	1 vaso
Galletas Habaneras	5	5	5