



APÉNDICES

Apéndice 5. Menús de la Fundación Gabriel Pastor

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
1	Envueltos de jamón en pechuga	Pollo Empanizado	Carne de res adobada con retaso	Costillas en pipián verde	Caldo de camarón	Papas al horno con queso	Bisteces
2	Chayotes con queso	Mole con pollo	Rajas con queso	Tortas de pollo	Caldo de camarón	Pollo	Chicharrón
3	Rollitos de jamón	Pollo con champiñones	Coliflor al horno	Costillas en salsa verde	Pozole	Hamburguesas	Pollo
4	Milanesa en salsa rusa	Tortas de papa con atún	Albóndigas	Tinga de pollo	Mole de panza	Lentejas	Mole poblano
5	Chayotes con queso	Pollo enchilado	Carne molida	Tortas de espinaca con queso	Huevos ahogados	Entomatadas de res	Pechugas al horno
6	Chuletas adobadas	Salpicón de pollo	Alubias	Caldo de res	Pescado	Pollo	Bisteces
7	Pechuga de pollo	Torta de papa	Alubias	Envueltos de jamón	Caldo de res	Sardinas	Chicharrón
8	Milanesa con papas	Pipián verde	Calabacitas mexicanas	Chiles rellenos con queso	Atún en ensalada	Coliflor capeada con queso	Pollo
9	Milanesa con puré	Calabacitas mexicanas	Asado de papas	Tacos de canasta y crema poblana	Pozole con pechuga	Chayotes con queso	Mole con pollo
10	Tortas de papa	Caldo de res	Alubias	Envueltos de mole	Pollo	Tortas de camarón	Costilla de puerco