



MENÚ DE LONCHERAS


Octubre 2024

Problemas que causa la comida chatarra

- Fatiga y debilidad.
- Problemas de memoria y aprendizaje.
- Problemas digestivos.
- Depresión.
- Mayor posibilidad de contraer algún tipo de cáncer.



Gracias a sus propiedades, la guanábana ha probado su efectividad en el tratamiento del cáncer de pulmón, mama, próstata y colon, pues evita la oxidación celular, hidrata, oxigena y disminuye la predisposición a factores de riesgo cancerígenos.

OCTUBRE 2024	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Octubre 01 al 04		<ul style="list-style-type: none"> • Palito de queso • Jugo natural • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Arepa de huevo • Jugo natural • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Sandwich de jamón y queso • Jugo natural • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Pizza • Limonada cerezada
Octubre 15 al 18	FESTIVO	<ul style="list-style-type: none"> • Flauta de pollo queso • Jugo natural • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Pan de bono • Avena • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Hojaldrado de pollo • Jugo natural • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Perro caliente • Limonada de panela
Octubre 21 al 25	<ul style="list-style-type: none"> • Empanada mixta • Jugo natural • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Pulpitos de salchicha • Galletas de sal • Gelatina • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Sandwich de pollo • Jugo natural • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Dona • Leche • Fruta 	<p>XI MUESTRA CIENTÍFICA Y TECNOLÓGICA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hamburguesa  • Naranjada
Octubre 28 al 31	<ul style="list-style-type: none"> • Flauta ranchera o hawaiana • Jugo natural • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Quesadilla • Jugo natural • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Burrito de pollo • Jugo natural • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Arepa de queso • Jugo natural • Fruta 	

IMPORTANTE:

- Nuestros jugos son de fruta natural y están endulzados con stevia.
- El servicio de lonchera es mensual y se debe cancelar los primeros cinco días del mes, en la oficina de secretaría del Colegio.
- Papitos recuerden enviar fruta para el espacio de Fruit Time.