

Menú de High School Octubre 2026

Los menús están sujetos a cambios sin previo aviso.

WG = Grano Integral LF = Bajo en Grasa

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
			Barra de hot dogs Ultimate de res 1 Frijoles horneados vegetarianos Ensalada de col cremosa Barra de verduras Opciones de frutas* Opciones de leche*	Pan de queso WG con ajo 2 Salsa marinara Ensalada César Barra de verduras Opciones de frutas* Opciones de leche*
Mini canasta de muestra 5 Mezcla de verduras asadas al horno Barra de verduras con hummus Opciones de frutas* Opciones de leche*	Pizza Primo WG 6 Brócoli al vapor Barra de verduras Opciones de frutas* Opciones de leche*	Taco de carne en una bolsa 7 Ingredientes variados para tacos Frijoles refritos Opciones de frutas* Opciones de leche*	Alitas de pollo con hueso 8 Papas asadas con hierbas Barra de verduras Ensalada de jícama Panecillo WG Sister Schubert Opciones de frutas* Opciones de leche*	Cerdo desmenuzado BBQ en pan pretzel WG 9 Ensalada de col cremosa Judías verdes al vapor SunChips WG Barra de verduras Opciones de frutas* y leche*
Albóndigas agridulces 12 Arroz integral Mezcla de verduras salteadas Barra de verduras Panecillo WG Opciones de frutas* Opciones de leche*	Tiras de pollo WG 13 Ensalada WG de pasta y verduras Papas dulces fritas al horno Barra de verduras Panecillo WG Opciones de frutas* Opciones de leche*	Hamburguesa, hamburguesa con queso, o hamburguesa vegetariana en pan WG 14 Ingredientes frescos variados Frijoles al horno Barra de verduras Opciones de frutas* y leche*	No hay escuela MEA 15	No hay escuela MEA 16
Papas fritas al horno con salsa de queso 19 Verduras frescas variadas Frijoles pintos rancheros Arroz integral sazonado Panecillo WG Opciones de frutas* y leche*	Pollo y salsa Alfredo con pasta WG 20 Palito de pan WG con ajo Chicharos y zanahorias al vapor Barra de verduras Opciones de frutas* Opciones de leche*	Pizza Primo WG 21 Brócoli al vapor Barra de verduras Opciones de frutas* Opciones de leche*	Sándwich WG de pollo 22 Rebanadas de lechuga y tomate Calabaza asada Frijoles al horno Barra de verduras Opciones de frutas* Opciones de leche*	Camarones empanizados WG 23 Macarrones cavatappi con tres quesos Zanahorias al vapor Ensalada ranchera de pepino Barra de verduras Opciones de frutas* y leche*
Pollo parmesano con pasta WG 26 Judías verdes al vapor Barra de verduras Opciones de frutas* Opciones de leche*	Carnitas de pollo 27 Pimientos y cebollas al vapor Ingredientes frescos variados Frijoles refritos Arroz integral sazonado Opciones de frutas* Opciones de leche*	Rollo de canela WG recién horneado 28 Omelet de queso Papas para el desayuno Barra de verduras con hummus Opciones de frutas* Opciones de leche*	Barra de hot dogs Ultimate de res 29 Frijoles horneados vegetarianos Ensalada de col cremosa Barra de verduras Opciones de frutas* Opciones de leche*	Pan de queso WG con ajo 30 Salsa marinara Ensalada César Barra de verduras Opciones de frutas* Opciones de leche*

Alternativas de almuerzo: Sándwich o pedazo de pizza que incluye opciones de frutas, verduras y leche.

Almuerzo de ensalada pre-hecha: Opciones diarias estarán en el sitio web de nutrición infantil del distrito escolar. Incluye opciones de frutas, pan integral, y leche.

Almuerzo global: Opciones diarias están en el sitio web de nutrición infantil del distrito escolar. Incluye opciones de fruta, verdura y leche.

Información sobre los precios de la leche y las comidas



• Comidas gratuitas: Todos los estudiantes matriculados en el distrito escolar pueden recibir un desayuno y un almuerzo gratuitos todos los días.

• Los artículos a la carta, las segundas comidas y todas las comidas para adultos se cobrarán según corresponda. Las comidas para adultos y las segundas comidas tendrán un costo de \$5.30 por comida, sujeto a cambios según las pautas de cobro de comidas del USDA.

• La leche está incluida con el desayuno y el almuerzo. Los estudiantes que solo tomen leche con las comidas pagarán \$0.50 por envase. Tenga en cuenta que, si su hijo trae el almuerzo de casa y pide leche, se le cobrará.

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.