

Menú de High School Diciembre 2025

Los menús están sujetos a cambios sin previo aviso.

WG = Grano Integral LF = Bajo en Grasa

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Pasta WG con opción de carne o salsa marinara Zoodles" al vapor Barra de jardín Palillo de pan integral con ajo Opciones de frutas* Opciones de leche*	Tiras WG de pollo WG Ensalada de pasta y verduras Batatas fritas al horno Barra de jardín Panecillo integral Opciones de frutas* Opciones de leche*	Hamburguesa/hamburguesa con queso/ y hamburguesa vegetariana Surtido de acompañamientos frescos Frijoles horneados Barra de jardín Opciones de frutas* Opciones de leche*	Rollo WG de canela Bocados de huevo con tres quesos Papas asadas con hierbas Barra de jardín con hummus Opciones de frutas* Opciones de leche*	Alitas de pollo con hueso Aros de cebolla horneados Ensalada Panecillo WG Barra de jardín Opciones de frutas* Opciones de leche*
Papas fritas al horno con salsa de queso Aderezos variados de verduras Frijoles "ranchero" Arroz integral sazonado Panecillo WG Opciones de frutas* Opciones de leche*	Pollo y Salsa Alfredo con Pasta WG WG Palitos de pan con ajo Guisantes y zanahorias al vapor Barra de jardín Opciones de frutas* Opciones de leche*	Primo Pizza WG Brócoli al vapor Barra de jardín Opciones de frutas* Opciones de leche*	Sándwich WG de pollo Rebanadas de lechuga y tomate Calabaza asada Frijoles al horno Barra de jardín Opciones de frutas* Opciones de leche*	Canasta de Camarones WG Macarrones cavatappi con tres quesos Zanahorias al vapor Ensalada ranchera de pepino Barra de jardín Opciones de frutas* Opciones de leche*
Pollo parmesano con Pasta WG Judías verdes al vapor Barra de jardín Opciones de frutas* Opciones de leche*	Fajita de pollo Pimientos y cebollas al vapor Aderezos variados de verduras Frijoles refritos Arroz integral sazonado Opciones de frutas* Opciones de leche*	Rollo WG de canela Tortilla de queso Papas tipo desayuno Barra de jardín con hummus Opciones de frutas* Opciones de leche*	Salchicha de Carne en pan Frijoles horneados vegetarianos Ensalada de col cremosa Barra de jardín Opciones de frutas* Opciones de leche*	Pan WG de queso con ajo con salsa Marinara Ensalada César Barra de jardín Opciones de frutas* Opciones de leche*
No hay escuela Vacaciones de invierno	No hay escuela Vacaciones de invierno	No hay escuela Vacaciones de invierno	No hay escuela Vacaciones de invierno	No hay escuela Vacaciones de invierno
No hay escuela Vacaciones de invierno	No hay escuela Vacaciones de invierno	No hay escuela Vacaciones de invierno		

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.

Comidas gratis para todos los estudiantes



- ♦ **Comidas gratuitas:** Todos los estudiantes matriculados en el distrito escolar pueden recibir desayuno y almuerzo gratuitos todos los días.
- ♦ Los platos 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 \$5.25 por comida.
- ♦ La leche está incluida en el precio del desayuno y el almuerzo. Los estudiantes que solo tomen leche con las comidas tendrán un costo de \$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.