

Los menús pueden cambiar sin previo aviso.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 No hay escuela	2 Sándwich de pavo y queso integral Judías verdes al vapor Sunchips integral Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	3 Tacos de carne en una bolsa Aderezos frescos variados Frijoles refritos Opciones de fruta* Opciones de leche*	4 Ravioles de queso empanizados Salsa Marinara Verduras al vapor Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*
7 Pasta integral con opción de albondigas o salsa marinara Judías verdes al vapor Barra vegetariana arcoíris Palito de pan integral con ajo Opciones de fruta* Opciones de leche*	8 Tiras de pollo integral Ensalada de pasta con verduras Batatas fritas Panecillo integral Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	9 Hamburguesa/hamburguesa con queso/hamburguesa vegetariana en pan integral Ingredientes frescos variados Frijoles horneados Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* y leche*	10 Panqueques integral con almíbar y Yogur Patatas para el desayuno Pimientos de colores de la huerta Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	11 Palitos de pan integral y queso; Salsa Marinara Brócoli al vapor Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*
14 Nachos de papas con Carne Aderezos variados de verduras Salsa de frijoles negros y maíz Arroz integral sazonado Opciones de fruta* Opciones de leche*	15 Pollo y Salsa Alfredo con Pasta integral Palitos de pan integral con ajo Guisantes y zanahorias al vapor Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	16 Pizza integral de queso Brócoli al vapor Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	17 Sándwich de pollo integral Rebanadas de lechuga y tomate Frijoles al horno Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	18 Canasta de Camarones integrales Papas fritas al horno Zanahorias al vapor Ensalada ranchera de pepino Opciones de fruta* Opciones de leche*
21 Pollo parmesano con pasta integral Judías verdes al vapor Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	22 Tacos de pollo Aderezos variados de verduras Frijoles refritos Arroz integral sazonado Opciones de fruta* y leche*	23 Palitos de tostadas francesas integrales, Salchicha de pollo Patatas para el desayuno Pimientos de colores de la huerta Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* y leche*	24 Salchicha de Carne en pan integral Frijoles horneados vegetarianos Aros de cebolla Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* y leche*	25 Pan de queso integral con salsa Marinara Ensalada Cesar Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*
28 Cesta de Mini muestra Papas fritas de camote/ boniato al vapor Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	29 Pizza integral de queso Brócoli al vapor Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	30 Sándwich de pavo y queso integral Judías verdes al vapor Sunchips integral Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*		

Opciones de sándwiches: sándwich de trigo, uncrustable, con mantequilla de cacahuete y mermelada (fresa o uva) o sándwich de queso y pavo con pan integral cada día. Todos incluyen una opción de frutas, verduras y leche.

Elección de ensalada: Ensaladas pre-hechas cada día. Incluyen fruta, pan integral y leche.

Opciones de frutas: Por lo menos una fruta fresca y una en lata.



Comidas gratis para todos los/las estudiantes

- Comidas gratis: Todos los alumnos matriculados en el distrito escolar pueden recibir un desayuno y un almuerzo gratuitos todos los días.
- Los artículos Ala Carte y todas las comidas para adultos se cobrarán en consecuencia. Las comidas para adultos se cobrarán \$5.00 por comida.
- La leche está incluida en el precio de una comida de desayuno y almuerzo. A los estudiantes que tomen leche sólo en las comidas se les cobrará \$0.50 por cartón. Por favor, sepa que si su hijo trae el almuerzo de casa y pide leche se le cobrará.

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.