

Los menús pueden cambiar sin previo aviso.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Pasta integral con opción de salsa de carne o salsa marinara 2 Judías verdes al vapor Barra vegetariana arcoíris Palito de pan integral con ajo Opciones de fruta* Opciones de leche*	Tiras de pollo integral 3 Patatas asadas con hierbas Brócoli al vapor Panecillo integral Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	Hamburguesa/hamburguesa con queso/hamburguesa vegetariana en pan integral 4 Ingredientes frescos variados Frijoles horneados Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	Panqueques integral con almíbar 5 Tortilla de queso Patatas para el desayuno Pimientos de colores de la huerta Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	Quesadilla de queso integral 6 Aderezos frescos variados Zanahorias al vapor Opciones de fruta* Opciones de leche*
Nachos Grande 9 Aderezos variados de verduras Salsa de frijoles negros y maíz Arroz integral sazonado Opciones de fruta* Opciones de leche*	Pollo y Salsa Alfredo con Pasta integral 10 Palitos de pan integral con ajo guisantes y zanahorias al vapor Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	Pizza integral de queso 11 Brócoli al vapor Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	Sándwich de pollo integral 12 Rebanadas de lechuga y tomate Frijoles al horno Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	Canasta de Camarones integrales 13 Papas fritas al horno Zanahorias al vapor Ensalada ranchera de pepino Opciones de fruta* Opciones de leche*
Pollo Parmesano Con Pasta integral 16 Judías verdes al vapor Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	Burrito de Carne 17 Coberturas variadas Salsa de frijoles negros y maíz Arroz integral sazonado Opciones de fruta* Opciones de leche*	Palitos Tostadas Francesas Salchicha De Pollo 18 Patatas para el desayuno Pimientos de colores de la huerta Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	Salchicha de Carne en pan integral 19 Frijoles horneados vegetarianos Ensalada de col cremosa Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	Palitos de Bosco y Salsa Marinara 20 Ensalada Cesar Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*
23	24	25	26	27
Vacaciones de invierno	Vacaciones de invierno	Vacaciones de invierno	Vacaciones de invierno	Vacaciones de invierno
30	31			
Vacaciones de invierno	Vacaciones de invierno			

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.