

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>Pasta integral con Salsa de carne o Salsa Marinara</b> 2 Zoodles al vapor Verduras arco iris Palillo de pan integral con ajo Opciones de fruta* Opciones de leche*	<b>Alitas de pollo con su hueso Rollo integral de pan y salsas</b> 3 Papas asadas con hierbas Brócoli al vapor Verduras arco iris Opciones de fruta* Opciones de leche*	<b>Hamburguesa / hamburguesa con queso y vegetariana en pan integral</b> 4 Surtido de acompañamientos frescos Frijoles horneados Verduras arco iris Opciones de frutas* y leche*	<b>Panqueques integrales Con sirope y yogur</b> 5 Papas tipo desayuno Chiles de diferentes colores Opciones de fruta* Opciones de leche*	<b>Quesadilla de queso integral</b> 6 Aderezos frescos variados Zanahorias al vapor Opciones de fruta* Opciones de leche*
<b>Burrito al tazón</b> 9 Coberturas variadas Frijoles rancheros Arroz integral sazonado Opciones de fruta* y leche*	<b>Pollo y salsa Alfredo con pasta integral</b> 10 Palitos de pan integral de ajo Guisantes/chícharos y zanahorias al vapor Verduras arco iris Opciones de fruta* y leche*	<b>Primo Pizza integral</b> 11 Brócoli al vapor Verduras arco iris Opciones de frutas* Opciones de leche*	<b>Sándwich integral de pollo</b> 12 Calabaza al horno Frijoles al horno Verduras arco iris Opciones de frutas* Opciones de leche*	<b>Camarones empanizados integrales Macarrones Cavatappi tres quesos</b> 13 Zanahorias al vapor Barra vegetariana arcoíris Opciones de frutas* y leche*
<b>Pollo Parmesan Con pasta integral</b> 16 Judías verdes/ejotes al vapor Verduras arco iris Opciones de fruta* Opciones de leche*	<b>Fajita de pollo</b> 17 Chiles y cebolla al vapor Acompañamientos frescos Frijoles refritos Arroz integral sazonado Opciones de fruta* y leche*	<b>Rollo integral de canela Tortilla de huevos con queso</b> 18 Papas tipo desayuno Chiles de diferentes colores Verduras arco iris Opciones de fruta* y leche*	<b>Salchicha de carne</b> 19 Frijoles horneados Ensalada de col cremosa Verduras arco iris Opciones de frutas* y leche*	<b>Pechuga de pavo Puré de patatas y salsa</b> 20 Guisantes al vapor Tarta de melocotón Panecillo Barra vegetariana arcoíris
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/wraps:** Opciones diarias están el sitio web de nutrición infantil del distrito escolar.

**Elección de ensalada:** Opciones diarias estarán en el sitio web de nutrición infantil del distrito escolar.  
**Parrillada Greats Alternativa al plato principal:** Características diarias enumeradas en el sitio web de nutrición infantil del distrito escolar.

### 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.