

Los menús pueden cambiar sin previo aviso.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>Pasta integral con opción de salsa de carne o salsa marinara</b> Judías verdes al vapor Barra vegetariana arcoíris Palito de pan integral con ajo Opciones de fruta* Opciones de leche*	<b>Tiras de pollo integral 4</b> Puré de papas Brócoli al vapor Panecillo integral Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	<b>Hamburguesa/hamburguesa con queso/hamburguesa vegetariana en pan integral 5</b> Ingredientes frescos variados Frijoles horneados Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* y leche*	<b>Panqueques integral con almíbar Tortilla de queso 6</b> Patatas para el desayuno Pimientos de colores de la huerta Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	<b>Palitos de pan integral y queso 7</b> Zanahorias al vapor Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*
<b>Nachos Grande 10</b> Aderezos variados de verduras Salsa de frijoles negros y maíz Arroz integral sazonado Opciones de fruta* Opciones de leche*	<b>Pollo y Salsa Alfredo con Pasta 11 integral</b> Palitos de pan integral con ajo Guisantes y zanahorias al vapor Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	<b>Pizza integral de queso 12</b> Brócoli al vapor Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	<b>Sándwich de pollo integral 13</b> Rebanadas de lechuga y tomate Frijoles al horno Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	<b>Canasta de Camarones integrales 14</b> Papas fritas al horno Zanahorias al vapor Ensalada ranchera de pepino Opciones de fruta* Opciones de leche*
<b>No hay escuela 17</b>	<b>Enchiladas de pollo 18</b> Aderezos variados de verduras Frijoles refritos Arroz integral sazonado Opciones de fruta* y leche*	<b>Palitos de tostadas francesas integrales, Salchicha de pollo 19</b> Patatas para el desayuno Pimientos de colores de la huerta Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* y leche*	<b>Salchicha de Carne en pan integral 20</b> Frijoles horneados vegetarianos Aros de cebolla Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* y leche*	<b>Pan de queso integral con salsa Marinara 21</b> Ensalada Cesar Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*
<b>Cesta de Mini muestra 24</b> Papas fritas de camote/ boniato al vapor Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	<b>Pizza integral de queso 25</b> Brócoli al vapor Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	<b>Sándwich de pavo y queso integral 26</b> Judías verdes al vapor Sunchips integral Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	<b>Tacos de carne en una bolsa 27</b> Aderezos frescos variados Frijoles refritos Opciones de fruta* Opciones de leche*	<b>Pollo a la Naranja 28</b> Arroz frito integral con verduras Verduras al vapor Barra vegetariana arcoíris Panecito de cena integral 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.