

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		<b>Tacos de carne en una bolsa 1</b> Aderezos frescos variados Frijoles refritos Opciones de fruta* Opciones de leche*	<b>Pollo Teriyaki 2</b> Verduras al vapor Arroz frito integral con verduras Panecillo integral Verduras arco iris Opciones de fruta* y leche*	<b>Sándwich de pavo y queso 3</b> Judías verdes al vapor Sunchips integrales Verduras arco iris Opciones de fruta* y leche*
<b>Pasta integral con opción de carne o salsa marinara 6</b> Judías verdes al vapor Verduras arco iris Palitos de pan con ajo integral Opciones de frutas* Opciones de leche*	<b>Tiras de pollo integrales 7</b> <b>Ensalada de pasta integral y verduras</b> Papas fritas de boniato al horno Verduras arco iris Opciones de frutas* Opciones de leche*	<b>Hamburguesa / hamburguesa con queso y vegetariana en pan integral 8</b> Surtido de acompañamientos frescos Frijoles horneados Verduras arco iris Opciones de frutas* y leche*	<b>Panqueques integrales con Frutas 9</b> Yogur Papas tipo desayuno Chiles de diferentes colores Verduras arco iris Opciones de frutas* y leche*	<b>Palitos de pan integral con queso 10</b> <b>Salsa Marinara</b> Ensalada Cesar Verduras arco iris Opciones de fruta* Opciones de leche*
<b>Nachos con Carne 13</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 integral 14</b> Palitos de pan integral con ajo Guisantes y zanahorias al vapor Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	<b>Primo Pizza integral 15</b> Brócoli al vapor Verduras arco iris Opciones de frutas* Opciones de leche*	<b>16</b> <p style="text-align: center;"><b>No hay escuela MEA</b></p>	<b>17</b> <p style="text-align: center;"><b>No hay escuela MEA</b></p>
<b>Pollo parmesano con pasta integral 20</b> Judías verdes al vapor Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*	<b>Tazón de burritos con pollo 21</b> Aderezos variados de verduras Frijoles refritos Arroz integral sazonado Opciones de fruta* y leche*	<b>Palitos de tostadas francesas integrales, Salchicha de pollo 22</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 23</b> Frijoles horneados vegetarianos Ensalada de col cremosa Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* y leche*	<b>Pan de queso integral con salsa Marinara 24</b> Ensalada Cesar Barra vegetariana arcoíris Opciones de fruta* Opciones de leche*
<b>Mini cesta de muestra 27</b> Papas fritas de boniato al horno Verduras arco iris con hummus Opciones de frutas* y leche*	<b>Primo Pizza integral 28</b> Brócoli al vapor Verduras arco iris Opciones de frutas* Opciones de leche*	<b>Tacos de carne en una bolsa 29</b> Aderezos frescos variados Frijoles refritos Opciones de fruta* Opciones de leche*	<b>Pollo Teriyaki 30</b> Verduras al vapor Arroz frito integral con verduras Panecillo integral Verduras arco iris Opciones de fruta* y leche*	<b>31</b> <p style="text-align: center;"><b>No hay escuela</b></p>

**Opciones de sándwiches fríos:** Sándwich de mantequilla de cacahuete y mantequilla de cacahuete (fresa o uva) o sándwich de pavo y queso en pan integral disponible a diario. Todos incluyen una opción de fruta, una opción de verdura y leche.

**Selección de ensaladas:** Ensaladas preparadas disponibles a diario. El menú de ensaladas incluye una selección de fruta, una selección de pan integral y leche.  
**Selección de frutas:** Se servirá al menos una fruta fresca y una fruta enlatada.



### 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 \$5.00 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.