NOVIEMBRE 2009

DISTRITO ESCOLAR INDEPENDIENTE CYPRESS-FAIRBANKS

Excelencia en la Nutrición = Una Inversión para el Futuro

MENÚ TRADICIONAL PARA EL ALMUERZO ESCUELA PRIMARIA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 Pollo al horno en trocitos Macarrones con queso Ensalada mixta Arvejas sazonadas Ensalada de frutas Bolillo de harina integral Leche fría *Hamburguesa con o sin queso* #21	3 Carne de res Ensalada mixta Puré de papas / Salsa cremosa (sin grasa) Habichuelas verdes sazonadas Compota de manzanas Bolillo de harina integral Leche fría *Sándwich de pollo* #22	4 Hamburguesa con o sin queso Lechuga/Tomate/Pepinillos Chips al horno Fruta fresca Pan de banana Leche fría *Ensalada del Chef* *#23*	5 Nachos con queso / carne de res Ensalada mixta Maíz Naranja Pan de maíz Leche fría *Sándwich de pollo* *#24*	6 Pizza Ensalada mixta Zanahorias glaseadas Sandía Bolillo de harina integral Leche fría *Hamburguesa con o sin queso* #25
9 Pollo al horno en trocitos Macarrones con queso Ensalada mixta Arvejas sazonadas Ensalada de frutas Bolillo de harina integral Leche fría *Hot Dog / Hot Dog con chili y queso* #1	10 Pizza Ensalada mixta Zanahorias glaseadas Frijoles charros Piña Bolillo de harina integral Leche fría *Hamburguesa con o sin queso* #2	11 Sándwich de pechuga de pollo en pan integral Lechuga/Pepinillo/Tomate Rodajas de papas al horno Duraznos Bolillo de harina integral Leche fría *Ensalada Caesar* #3	12 Nachos con queso / carne de res Ensalada mixta Maíz Mandarinas Pan de maíz Leche fría *Hamburguesa con o sin queso* #4	13 Pescado Ensalada mixta Habichuelas verdes sazonadas Compota de manzana Bolillo de harina integral Leche fría *Sándwich de pollo* #5
16 Mini Corn Dogs de harina integral Macarrones con queso Ensalada mixta Frijoles al horno Compota de manzana Bolillo de harina integral Leche fría *Hamburguesa con o sin queso* #6	17 Nachos con queso / carne de res Ensalada mixta Maíz Ensalada de frutas Pan de maíz Leche fría *Sándwich de pollo* #7	18 Trocitos de pollo al horno Puré de papas/ Salsa cremosa (sin grasa) Ensalada mixta Habichuelas verdes sazonadas Trocitos de piña Bolillo de harina integral Leche fría *Hot Dog / Hot Dog con Chili y queso* #8	Cena de Accion De Gracia 19 Pavo Aderezo de pan Batata Arvejas Duraznos Bolillo de harina integral El Yogur congelado Leche fría *Sándwich de pollo* #9	20 Pizza Ensalada mixta Verduras surtidas sazonadas Maíz Bolillo de harina integral Leche fría *Hamburguesa con o sin queso* #10
23 Pollo al horno en trocitos Macarrones con queso Ensalada mixta Habichuelas verdes sazonadas Ensalada de frutas Bolillo de harina integral Leche fría *Hot Dog / Hot Dog con chili y queso* #11	24 Sándwich de queso ala plancha Ensalada mixta Rodajas de papas al horno Compota de manzana Pan de banana Leche fría *Ensalada de pollo estilo Southwest* #12	25 DIA FESTIVO #13	26 DIA FESTIVO #14	27 DIA FESTIVO #15
30 Ravioli Ensalada mixta Verduras mixtas Ensalada de frutas Tostada Tejana Leche fría *Hot Dog / Hot Dog con Chili y queso* #16				

"El menú está sujeto a cambios sin previo aviso debido al precio y las existencias de los alimentos".

TODOS LOS DÍAS: ENSALADA DEL CHEF, ENSALADA ASIÁTICA CON POLLO, ENSALADA CON POLLO, ENSALADA MEDITERRÁNEA DE ESPINACA CON ATÚN , ENSALADA CAESAR Y PAQUETES DE ALMUERZOS FRÍOS