



MENÚ DE DESAYUNOS Y ALMUERZOS DE PREKÍNDER

OCTUBRE 2021

DESAYUNO DE PREKÍNDER: Estudiante: GRATIS // Desayuno adulto/visitante \$2.50

ALMUERZO DE PREKÍNDER: Estudiante: GRATIS // Almuerzo adulto/visitante \$4.25

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 Bollo de pollo <i>Tenders de pollo</i> <i>Hot dog de pavo</i> Ensalada mixta Habichuelas sazonadas Pepino fresco en rodajas Bollo de trigo
4 Bollo integral de canela o Yogur y granola Nacho con Tostitos horneados Zanahorias pequeñas Frijoles pinto sazonados Rodajas de manzana fresca	5 Mini panqueques Barritas de bistec Hamburguesa con o sin queso Ensalada mixta Puré de papa con salsa cremosa Gajos de naranja	6 Bollo de salchicha y queso Pizza de queso o pepperoni Ensalada mixta Habichuelas sazonadas Uvas frescas	7 <i>Croissant</i> de jamón y queso Espagueti con albóndigas Sándwich de pollo empanizado Ensalada mixta Vegetales mixtos Taza de duraznos congelados Bollo de ajo	8 <i>Kolache</i> de salchicha y queso Trocitos de pollo <i>Hot dog de pavo</i> Frijoles horneados Ensalada mixta Postre caliente de fruta Bollo de trigo
11 Bollo integral de canela o Yogur y granola Tacos suaves de carne Zanahorias pequeñas Frijoles pinto sazonados Rodajas de manzana fresca	12 Tostadas francesas Mini <i>corn dogs</i> Hamburguesa con o sin queso Frijoles horneados Ensalada mixta Gajos de naranja	13 <i>Muffin</i> de frutos del bosque Pizza de queso o pepperoni Ensalada mixta Habichuelas sazonadas Piña fresca picada	14 <i>Croissant</i> de salchicha y queso Macarrones con queso Sándwich de pollo empanizado Ensalada mixta Brócoli al vapor Naranjas mandarinas	15 Bollo de pollo <i>Tenders de pollo</i> <i>Hot dog de pavo</i> Ensalada mixta Gajos de papa asada Postre caliente de fruta Bollo de trigo
18 Bollo integral de canela o Yogur y granola Nacho con Tostitos horneados Zanahorias pequeñas Frijoles pinto sazonados Rodajas de manzana fresca	19 Tostadas francesas Trocitos de pollo Hamburguesa con o sin queso Ensalada mixta Maíz en grano Gajos de naranja Bollo integral	20 Bollo de salchicha y queso Pizza de queso y pepperoni Ensalada mixta Brócoli al vapor Piña fresca picada	21 <i>Croissant</i> de jamón y queso Espagueti con albóndigas Sándwich de pollo empanizado Ensalada mixta Habichuelas sazonadas Durazno en rodajas Bollo de ajo	22 NO HAY CLASE
25 Bollo integral de canela o Yogur y granola Tacos suaves de carne Zanahorias pequeñas Frijoles pinto sazonados Rodajas de manzana fresca	26 Mini panqueques Mini <i>corn dogs</i> Hamburguesa con o sin queso Frijoles horneados Ensalada mixta Gajos de naranja	27 <i>Muffin</i> de frutos del bosque Pizza de queso y pepperoni Ensalada mixta Brócoli al vapor Piña fresca picada	28 <i>Croissant</i> de salchicha y queso Espagueti con albóndigas Sándwich de pollo empanizado Ensalada mixta Habichuelas sazonadas Durazno en rodajas Bollo de trigo	29 Bollo de pollo Barritas de pan rellenas de queso <i>Hot dog de pavo</i> Ensalada mixta Vegetales mixtos Naranjas mandarinas

Esta es una institución que ofrece igualdad de oportunidades.

Los menús están sujetos a cambios sin previo aviso debido al precio o la disponibilidad de los alimentos

Los menús también están disponibles en Schoolcafe.com

El análisis nutricional está disponible en <https://www.cfid.net/Page/3593>

Un desayuno completo incluye:

- Plato principal
- Fruta
- Leche 1%

Un almuerzo completo incluye:

- Plato principal
- 1 fruta
- 2 vegetales
- Leche 1%

Disponibles a diario para el almuerzo:

Lunes y viernes: Yogur, granola y queso en tiras

Martes y jueves: Mantequilla Wowbutter, queso en tiras y Goldfish

Miércoles: *Croissant* de jamón de pavo y queso