



MENÚ DE DESAYUNOS Y ALMUERZOS

ESCUELA INTERMEDIA -AGOSTO Y SEPTIEMBRE 2021

DESAYUNO DE ESCUELA INTERMEDIA: ESTUDIANTES: GRATIS // Desayuno adulto/visitante \$2.50

ALMUERZO DE ESCUELA INTERMEDIA: ESTUDIANTES: GRATIS // Almuerzo adulto/visitante \$4.25

| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---|---|---|---|---|
| 23 Bollo integral de canela Mini Corn dogs Ensalada mixta Verduras mixtas Durazno en rodajas | 24 Mini panqueques Tacos de carnitas de cerdo Ensalada mixta Maíz en grano Fruta fresca | 25 Taco de desayuno de chorizo y huevo Pollo a la naranja y Lo mein Ensalada mixta Verduras salteadas Naranjas mandarinas y piña Pan de banana | 26 Croissant de jamón y queso Nachos de carne y queso Ensalada mixta Frijoles negros sazonados Naranjas mandarinas | 27 Kolache de salchicha y queso Macarrones con queso Zanahorias pequeñas Ensalada mixta Trocitos de piña |
| 30 Bollo integral de canela Barritas de bistec Zanahorias pequeñas Puré de papa con salsa cremosa Taza de duraznos congelados Bollo integral | 31 Tostada francesa Tacos suaves de carne Maíz en grano Ensalada mixta Duraznos y frutos del bosque | 1 Bollo de salchicha y queso Espagueti con salsa de carne Ensalada mixta Habichuelas sazonadas Piña fresca picada Bollo de ajo | 2 Croissant de salchicha y queso Nachos de suprema de pollo Ensalada mixta Frijoles negros sazonados Naranjas mandarinas | 3 Bollo de pollo Barritas de pan rellenas de queso Ensalada mixta Brócoli asado Frutas mixtas |
| 6 NO HAY CLASE | 7 Mini panqueques Tacos de carnitas de cerdo Ensalada mixta Maíz en grano Durazno en rodajas | 8 Bollo integral de canela Pollo a la naranja y Lo mein Ensalada mixta Verduras salteadas Naranjas mandarinas y piña Pan de banana | 9 Tostada francesa Nachos de carne y queso Ensalada mixta Frijoles negros sazonados Sandía fresca | 10 Kolache de salchicha y queso Papa asada con carne de cerdo desmenuzada Ensalada de repollo Brócoli asado Postre caliente de fruta Pan de maíz estilo casero |
| 13 Bollo integral de canela Barritas de bistec Ensalada mixta Puré de papa con salsa cremosa Duraznos y frutos del bosque Bollo integral | 14 Tostada francesa Tacos suaves de carne Ensalada mixta Maíz en grano Fruta fresca | 15 Bollo de salchicha y queso Rollitos de lasaña Ensalada mixta Habichuelas sazonadas Melón fresco picado Bollo de ajo | 16 Croissant de salchicha y queso Enchiladas de queso Ensalada mixta Frijoles pinto sazonados Naranjas mandarinas Pan de maíz con queso cheddar y jalapeño | 17 Bollo de pollo Barritas de pan rellenas de queso Ensalada mixta Brócoli asado Postre caliente de fruta |
| 20 Bollo integral de canela Mini Corn dogs Ensalada mixta Verduras mixtas Durazno en rodajas | 21 Mini panqueques Tacos de carnitas de cerdo Ensalada mixta Maíz en grano Fruta fresca | 22 Taco de desayuno de chorizo y huevo Pollo a la naranja y Lo mein Ensalada mixta Verduras salteadas Naranjas mandarinas y piña Pan de banana | 23 Croissant de jamón y queso Nachos de carne y queso Ensalada mixta Frijoles negros sazonados Naranjas mandarinas | 24 VACACIONES ESTUDIANTILES NO HAY CLASE |
| 27 Bollo integral de canela Barritas de bistec Zanahorias pequeñas Puré de papa con salsa cremosa Taza de duraznos congelados Bollo integral | 28 Tostada francesa Tacos suaves de carne Ensalada mixta Maíz en grano Duraznos y frutos del bosque | 29 Bollo de salchicha y queso Espagueti con salsa de carne Ensalada mixta Habichuelas sazonadas Piña fresca picada Bollo de ajo | 30 Croissant de salchicha y queso Nachos de suprema de pollo Ensalada mixta Frijoles negros sazonados Naranjas mandarinas | |

Esta institución ofrece igualdad de oportunidades.

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

Un desayuno completo incluye:

- 1 plato principal a elección
- 2 porciones de fruta O 1 porción de fruta y 1 jugo
- Leche (1%) o descremada de chocolate

Disponible a diario para el desayuno:

- Yogurt & Rockin' ola granola
- Cereal integral
- (no disponible en algunas escuelas)
- Frutas frescas
- Jugo de frutas 100%
- Leche regular de 1% o leche descremada de chocolate

Un almuerzo completo incluye:

- 1 plato principal
- 2 porciones de fruta
- 2 porciones de verdura
- Leche (1%) o descremada de chocolate

Ensaladas como plato principal:

- Martes, miércoles y jueves**
- Ensalada del Chef
- Ensalada Cesar con pollo asado