



MENÚ DE DESAYUNO Y PLATO PRINCIPAL DE ALMUERZO DE ESCUELAS SECUNDARIAS - NOVIEMBRE 2023

DESAYUNO DE SECUNDARIA: ESTUDIANTES PAGOS: \$1.25 // Adultos y visitantes \$3.00
 ALMUERZO DE SECUNDARIA: ESTUDIANTES PAGOS: \$2.50 // Adultos y visitantes \$5.00
 DESAYUNO DE PRECIO REDUCIDO PARA ESTUDIANTES: GRATIS // ALMUERZO DE PRECIO REDUCIDO PARA ESTUDIANTES: \$0.40

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 <i>Waffle</i> con chispas de chocolate <i>Corn Dog</i> Sándwich de pollo picante Ensalada de noviembre: Griega	2 <i>Croissant</i> de jamón de pavo y queso Nachos con <i>Tostitos</i> horneados Carne picada (opcional) Ensalada de noviembre: Griega	3 Mini panqueques Bastoncitos de pan rellenos de queso <i>Tenders</i> de pollo picante
6 NO HAY CLASE	7 NO HAY CLASE	8 Mini panqueques Empanadas al vapor de pollo y vegetales Pollo agridulce Ensalada de noviembre: Griega	9 <i>Croissant</i> de salchicha y queso Nachos con <i>Tostitos</i> horneados Carne picada (opcional) Ensalada de noviembre: Griega	10 Bollo de canela Sándwich de pollo empanizado Papa horneada con chili y queso
13 Barritas de tostada francesa <i>Tenders</i> de pollo estilo caseros Deditos de bistec	14 <i>Muffin</i> de calabaza Bastoncitos de pan rellenos de queso Sándwich de pollo picante Ensalada de noviembre: Griega	15 <i>Waffle</i> con chispas de chocolate <i>Corn Dog</i> Tacos suaves de pollo crujiente Ensalada de noviembre: Griega	16 <i>Croissant</i> de jamón de pavo y queso Pavo y salsa cremosa por Acción de Gracias Sándwich de pollo picante Ensalada de noviembre: Griega	17 Bollo de canela <i>Hot Dog</i> de chili con queso Sándwich de pollo picante
18 NO HAY CLASE	19 NO HAY CLASE	20 NO HAY CLASE	21 NO HAY CLASE	22 NO HAY CLASE
27 Barritas de tostada francesa <i>Corn Dog</i> en palito <i>Tenders</i> de pollo picante	28 <i>Waffle</i> con chispas de chocolate Tazón de burrito de pollo Tazón de burrito de carne Ensalada de noviembre: Griega	29 <i>Muffin</i> de calabaza Espagueti con salsa de carne Sándwich de pollo picante Ensalada de noviembre: Griega	30 <i>Croissant</i> de jamón de pavo y queso Nachos con <i>Tostitos</i> horneados Carne picada (opcional) Ensalada de noviembre: Griega	

MIRE LAS FRUTAS Y VEGETALES DEL DÍA Y MÁS EN [SCHOOLCAFE.COM/CFISD](https://www.schoolcafe.com/cfisd)

Un desayuno completo incluye:

1 plato principal a elección
 2 frutas O 1 fruta y jugo

Leche regular 1% o leche descremada de chocolate

Un almuerzo completo incluye:

Plato principal a elección
 2 frutas
 2 vegetales

Leche regular 1% o leche descremada de chocolate

Ensaladas como plato principal:

Martes, miércoles y jueves
 Ensalada griega

Todos los panes, empanizados, cereales, arroz y pastas contienen un 51% o más de cereales integrales, excepto los bollos y las tortillas .

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](https://www.schoolcafe.com)

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

Disponibles a diario para el desayuno:

Yogur y granola
 Barrita de avena
 Cereal integral
 Jugo de frutas 100%
 Leche regular 1% o leche descremada de chocolate