



JULIO DE 2019

MENÚ DE DESAYUNOS Y ALMUERZOS DE VERANO PARA ESCUELAS INTERMEDIAS Y SECUNDARIAS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Tostada francesa 1	Bollo integral de canela 2	Croissant de jamón y queso 3	4	5
Sándwich de BBQ de cerdo Ensalada de repollo Frijoles pinto sazonados Sandía fresca	Tenders de pollo Puré de papas con salsa cremosa Ensalada mixta Frutos rojos Bollo de trigo	Sándwich de pescado Camote frito Ensalada mixta Frutas frescas mixtas	DÍA FERIADO	LA ESCUELA ESTÁ CERRADA
Mini panqueques 8	Bollo integral de canela 9	Bollo de salchicha y queso 10	Kolache de salchicha y queso 11	12
Tenders de pollo Zanahorias picadas Ensalada mixta Sandía fresca	Bastones de carne Puré de papas con salsa cremosa Ensalada mixta Trozos de melón fresco	Nachos Frijoles pinto sazonados Ensalada mixta Naranjas mandarinas Pan de maíz	Espagueti y albóndigas Brócoli horneado Ensalada mixta Fruta fresca mixta Bollo de maíz	LA ESCUELA ESTÁ CERRADA
Tostada francesa 15	Bollo integral de canela 16	Croissant de jamón y queso 17	Kolache de salchicha y queso 18	19
Sándwich de BBQ de cerdo Ensalada de repollo Frijoles pinto sazonados Sandía fresca	Tenders de pollo Puré de papas con salsa cremosa Ensalada mixta Frutos rojos Bollo de trigo	Sándwich de pescado Camote frito Ensalada mixta Frutas frescas mixtas	Enchiladas de queso Frijoles pintos sazonados Ensalada mixta Frutas frescas mixtas Duraznos rebanados	LA ESCUELA ESTÁ CERRADA
Mini panqueques 22	Bollo integral de canela 23	Bollo de salchicha y queso 24	Kolache de salchicha y queso 25	26
Tenders de pollo Zanahorias picadas Ensalada mixta Sandía fresca	Bastones de carne Puré de papas con salsa cremosa Ensalada mixta Trozos de melón fresco	Nachos Frijoles pinto sazonados Ensalada mixta Naranjas mandarinas Pan de maíz	Espagueti y albóndigas Brócoli horneado Ensalada mixta Fruta fresca mixta Bollo de maíz	LA ESCUELA ESTÁ CERRADA
Tostada francesa 29	Bollo integral de canela 30	Croissant de jamón y queso 31		
Sándwich de BBQ de cerdo Ensalada de repollo Frijoles pinto sazonados Sandía fresca	Tenders de pollo Puré de papas con salsa cremosa Ensalada mixta Frutos rojos Bollo de trigo	Sándwich de pescado Camote frito Ensalada mixta Frutas frescas mixtas		

Un desayuno completo incluye

- 1 plato principal a elección
 - 2 frutas O 1 fruta y un jugo
 - leche regular de 1% o leche descremada de chocolate
- Disponibles a diario/desayuno**
- Yogurt & Rockin' ola granola
 - Cereal integral
 - Tazón de fruta fresca
 - jugo de fruta 100%
 - leche regular de 1% o leche descremada de chocolate

Un almuerzo completo incluye

- 1 plato principal a elección
 - 2 frutas
 - 2 verduras
 - leche regular de 1% o leche descremada de chocolate
- Disponibles a diario en el almuerzo**
- Comida de humus y pan pita
 - mparedado de pavo y queso o de jamón y queso
 - Tazón de frutas surtidas

Ensaladas frescas a diario - Plato principal

- Ensalada Caesar con pollo asado



El Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, (USDA, por sus siglas en inglés) prohíbe la discriminación contra sus clientes, empleados, y solicitantes de empleo a base de raza, color, origen nacional, edad, discapacidad, sexo, identidad de género, religión, represalias y, según corresponda, convicciones políticas, estado civil, estado familiar o paternal, orientación sexual, o si los ingresos de una persona provienen en su totalidad o en parte de un programa de asistencia pública, o información genética protegida de empleo o de cualquier programa o actividad realizada o financiada por el Departamento. (No todos los criterios prohibidos se aplicarán a todos los programas y/o actividades laborales). Si desea presentar una queja por discriminación del programa de Derechos Civiles, complete el USDA Program Discrimination Complaint Form (formulario de quejas por discriminación del programa de derechos civiles) o de (USQDJA), con que plegue deo caentacot porra coren ierptosnetat i ena Uht.St.p.D/epwawrtwm.aensctr.ofus daAgr.iculgov/turcome.Dplrainectt_fori.)Ongff.cusce tof.htmAdjudil, o caent icuau, 11qui400 er lofndeicipena ndedel Unces DAVA, eno lluea,m.S.e.Wal. (8W6a6s) h63ng2-19on.99.2D.Cpa.r2a0 s2o5i0ci-194r1 0el, forporm faulka rail o.(2 T0a2)m 6bi90En- 74pue42 deo esporcricorbirr eo una elcaectrtta ónicon co ta odapr laogr ianfor.imntaickón e@usosiladaci.tgaovda. Laens elpe forsonaualsa srriro. daE snv, iencon os su formulario de queja completo o carta por correo postal a U.S. Department of Agriculture, Director, Office of Adjudication, 1400 Independence Avenue, S.W., Washington, D.C. 20250-9410, por fax al (202) 690-7442 o por correo electrónico a program.intake@usda.gov. Las personas sordas, con dificultades auditivas, o con discapacidad del habla que deseen presentar sea una queja de EEO (Igualdad de Oportunidades en el Empleo) o del programa, por favor contacte al USDA por medio del Federal Relay Service (Servicio federal de transmisión) al (800) 877-8339 o (800) 845-6136 (en español). El USDA es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades.

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