



SEPTIEMBRE 2020 MENÚ DE DESAYUNOS Y ALMUERZOS DE ESCUELA INTERMEDIA

DESAYUNO DE INTERMEDIA: Precio estudiante \$1.25 // Precio reducido estudiantes \$0.20 // Adultos/visitantes \$2
ALMUERZO DE INTERMEDIA: Precio estudiante \$2.50 // Precio reducido estudiantes \$0.40 // Adultos/visitantes \$3.50

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7 NO HAY CLASE	8 Tostada francesa Tacos suaves de carne Maíz asado Ensalada mixta Fruta a elección	9 English Muffin de salchicha y queso Hot dog de chili de pavo y queso Camote frito Ensalada mixta Fruta a elección	10 Bollo con pollo Pollo Teriyaki con arroz frito Ensalada picante de espinaca Verduras salteadas Rollito de verdura Fruta a elección	11 Kolache de salchicha y queso Trozos de pollo Ensalada de coliflor Bastoncitos de papa asada Fruta a elección
14 Bollo integral de canela Papa asado con carne de cerdo desmenuzada Frijoles pinto sazonados Ensalada mixta Barritas de pan de ajo Fruta a elección	15 Mini panqueques Tacos de carnitas de cerdo Maíz asado Ensalada mixta Fruta a elección	16 Bollo de salchicha y queso Rollitos de lasaña Zanahorias cortadas Ensalada mixta Fruta a elección Bollo de ajo	17 Croissant de jamón y queso Pollo a la naranja con Lo Mein Brócoli al vapor Ensalada mixta Fruta a elección Rollito de verdura	18 Kolache de salchicha y queso Nachos Frijoles negros sazonados Ensalada mixta Fruta a elección
21 Bollo integral de canela Barritas de carne Puré de papa con salsa cremosa Ensalada mixta Fruta a elección Bollo de trigo	22 Mini panqueques Tacos suaves de carne Maíz asado Brócoli fresco Fruta a elección	23 English Muffin de salchicha y queso Nachos de suprema de pollo Frijoles negros sazonados Ensalada mixta Fruta a elección Bollo de ajo	24 Bollo con pollo Pollo Teriyaki con arroz frito Verduras mixtas Ensalada mixta Fruta a elección Rollito de verdura	25 Croissant de salchicha y queso Barritas de pan rellenas de queso Trocitos de zanahoria Ensalada mixta Fruta a elección
28 Bollo integral de canela Pasta china con pollo y verduras Zanahorias Brócoli al vapor Fruta a elección	29 Mini panqueques con salchicha de pavo Tacos de carnitas de cerdo Maíz asado Ensalada mixta Fruta a elección	30 Bollo de salchicha y queso Macarrones con queso Arvejas sazonadas Ensalada mixta Fruta a elección		

Esta es una institución proveedora y empleadora que 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:**
- Cereal integral
- (no disponible en algunas escuelas)
- Tazón de frutas mixtas
- 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:

Ensalada con pollo asado (*Caesar*).