



# OCTUBRE 2020 MENÚ DE DESAYUNOS Y ALMUERZOS

DESAYUNO de Pre-K: Estudiante: Gratis// Desayuno para adulto/visitante \$2

ALMUERZO de Pre-K: Estudiante: Gratis// Almuerzo para adulto/visitante \$3.50

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			<b>1</b> <b>Croissant de jamón y queso</b>  <b>Pollo a la naranja y Lo Mein</b> Ensalada mixta Brócoli al vapor Rodajas de manzana fresca	<b>2</b> <b>Bollo con pollo</b>  <b>Mini Corn Dogs</b> Ensalada mixta Calabacín Rodajas de manzana fresca
<b>5</b> <b>Bollo integral de canela O Yogur y granola</b>  <b>Nachos con Tostitos horneados</b> Zanahorias Frijoles negros sazonados Duraznos en almíbar	<b>6</b> <b>Mini panqueques</b>  <b>Hamburguesa con queso</b> Zanahorias Maíz en grano Postre caliente de fruta	<b>7</b> <b>Mini panqueques y salchicha de pavo</b>  <b>Mini Pizza Bagels</b> Ensalada mixta Habichuelas sazonadas Rodajas de manzana fresca	<b>8</b> <b>Croissant de jamón y queso</b>  <b>Hot Dog de pavo</b> Ensalada mixta Verduras mixtas Rodajas de manzana fresca	<b>9</b> <b>Kolache de salchicha y queso</b>  <b>Barritas de bistec</b> Ensalada de coliflor Puré de papa con salsa cremosa Rodajas de manzana fresca
<b>12</b> <b>Bollo integral de canela O Yogur y granola</b>  <b>Sándwich de pollo empanizado</b> Zanahorias Brócoli al vapor Duraznos en almíbar	<b>13</b> <b>Tostada francesa</b>  <b>Tacos suaves de carne</b> Ensalada mixta Frijoles pintos sazonados Rodajas de manzana fresca	<b>14</b> <b>Muffin de frutos del bosque</b>  <b>Pizza de queso</b> Ensalada mixta Habichuelas sazonadas Rodajas de manzana fresca	<b>15</b> <b>Croissant de jamón y queso</b>  <b>Hamburguesa con queso</b> Ensalada mixta Verduras mixtas Rodajas de manzana fresca	<b>16</b> <b>Bollo con pollo</b>  <b>Barritas de pan rellenas de queso</b> Ensalada mixta Maíz en grano Rodajas de manzana fresca
<b>19</b> <b>Bollo integral de canela O Yogur y granola</b>  <b>Nachos con Tostitos horneados</b> Zanahorias Frijoles negros sazonados Taza de duraznos congelados	<b>20</b> <b>Mini panqueques</b>  <b>Barritas de bistec</b> Ensalada mixta Puré de papa con salsa cremosa Rodajas de manzana fresca	<b>21</b> <b>Bollo de salchicha y queso</b>  <b>Pizza de queso</b> Broccoli Salad Ensalada mixta Rodajas de manzana fresca	<b>22</b> <b>Croissant de jamón y queso</b>  <b>Macarrones con queso</b> Ensalada mixta Habichuelas sazonadas Rodajas de manzana fresca	<b>23</b> <b>Kolache de salchicha y queso</b>  <b>Hot Dog de pavo</b> Ensalada mixta Verduras mixtas Rodajas de manzana fresca
<b>26</b> <b>Bollo integral de canela O Yogur y granola</b>  <b>Barritas de pan rellenas de queso</b> Zanahorias Frijoles pintos sazonados Taza de duraznos congelados	<b>27</b> <b>Mini panqueques y salchicha de pavo</b>  <b>Tenders de pollo</b> Ensalada mixta Maíz en grano Rodajas de manzana fresca	<b>28</b> <b>Muffin de frutos del bosque</b>  <b>Pizza de queso</b> Ensalada mixta Verduras mixtas Rodajas de manzana fresca	<b>29</b> <b>Croissant de jamón y queso</b>  <b>Pollo a la naranja y Lo Mein</b> Ensalada mixta Brócoli al vapor Rodajas de manzana fresca	<b>30</b> <b>Bollo con pollo</b>  <b>Mini Corn Dogs</b> Ensalada mixta Calabacín Rodajas de manzana fresca

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:**

Plato principal  
 Fruta  
 Leche (1%)

**Un almuerzo completo incluye:**

Plato principal  
 1 fruta  
 2 verduras  
 Leche (1%)

**Disponible a diario:**

Comida con sándwich de WOWbutter, queso y Goldfish