



OCTUBRE 2020 MENÚ PARA DESAYUNOS Y ALMUERZOS DEL ELC

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
			1 Croissant de jamón y queso Pollo a la naranja y Lo Mein Verduras mixtas Compota de manzana Leche 9	2 Bollo con pollo Traer almuerzo de la casa 10
5 Cereal Tacos SUAVES Frijoles pinto sazonados Duraznos en almibar Leche 11	6 Cereal Hamburguesa con queso Maíz en grano Postre caliente de frutos del bosque Leche 12	7 Mini panqueques Pizza Bagels Habichuelas sazonadas Manzanas frescas en rodajas Leche 13	8 Croissant de jamón y queso Hot Dog Verduras mixtas Compota de manzana Leche 14	9 Kolache de salchicha y queso Traer almuerzo de la casa 15
12 Yogur con granola Mini Corn Dogs Frijoles pinto sazonados Duraznos en almibar Leche 16	13 Mini panqueques Tacos suaves Maíz en grano Manzanas frescas en rodajas Leche 17	14 Muffin de bayas Barritas de pan rellenas de queso Habichuelas sazonadas Naranjas mandarinas Leche 18	15 Croissant de jamón y queso Hamburguesa con quesos Brócoli al vapor Compota de manzana Leche 19	16 Bollo con pollo Traer almuerzo de la casa 20
19 Cereal Tacos suaves Frijoles pinto Duraznos en almibar Leche 1	20 Tostada francesa Bastoncitos de bistec Puré de papa y salsa cremosa Manzanas frescas en rodajas Leche 2	21 Bollo de salchicha y queso Trozos de pollo Verduras mixtas Compota de manzana Leche 3	22 Croissant de jamón y queso Macarrones con queso Habichuelas sazonadas Ensalada de fruta Leche 4	23 Kolache de salchicha y queso Traer almuerzo de la casa 5
26 Yogur con granola Barritas de pan rellenas de queso Frijoles pinto sazonados Duraznos en almibar Leche 6	27 Mini panqueques Trozos de pollo Maíz en grano Manzanas frescas en rodajas Leche 7	28 Bolo de salchicha y queso Pizza Rolls Habichuelas sazonadas Naranjas mandarinas Leche 8	29 Croissant de jamón y queso Pollo a la naranja y Lo Mein Verduras mixtas Compota de manzana Leche 9	30 Bollo con pollo Traer almuerzo de la casa 10

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. Las personas con discapacidad que necesiten otras vías de comunicación para recibir información acerca del programa (e.g. Braille, large print, audiotape, American Sign Language, etc.), deberán contactar a la Agencia (estatal o local) en la cual le correspondan los beneficios. Las personas sordas, con dificultades auditivas, o con discapacidad del habla pueden contactar al USDA a través del Federal Relay Service al (800) 877-8339. Adicionalmente, se podría encontrar información acerca del programa en otros idiomas. 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 del USDA), que puede encontrar en internet en http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html, o en cualquier oficina del USDA, o llame al (866) 632-9992 para solicitar el formulario. También puede escribir una carta con toda la información solicitada en el formulario. Envíenos 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. El USDA es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades.

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