

NATIONAL SCHOOL DISTRICT MENUS

1 DE SEPTIEMBRE – 7 DE OCTUBRE DE 2022

ELECCIÓN DIARIA:
leche blanca 1% o
sin grasa con cada
comida

COMIDAS GRATUITAS PARA ESTUDIANTES SERVIDAS TODOS LOS DÍAS

El desayuno se sirve 45 minutos antes de la campana

DESAYUNO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Burrito de Desayuno Tortilla de grano entero con huevo, queso, y chorizo de res	Mini Panqueques de Maple grano integral	Sándwich de Bagel pan integral salchicha de res y queso	Mini Waffle de Maple grano integral	Pan de Plátano harina de trigo integral
Barra Nutritiva harina de trigo integral y avena	Bagel con Queso Crema grano integral	Muffin Top grano integral	Muffin de Arándanos Muffin de arándano de grano entero	Bagel con Queso Crema grano integral
Variedad de Cereales y Queso grano integral	Variedad de Cereales y Queso grano integral	Variedad de Cereales y Queso grano integral	Variedad de Cereales y Queso grano integral	Variedad de Cereales y Queso grano integral

PRECIO ADULTO

Breakfast Entrée \$1.00
Breakfast Meal \$1.75
Lunch Entrée \$2.00
Lunch Meal \$3.00
Whole Fruit \$0.50
Milk \$0.50

Esta institución ofrece igualdad de oportunidades. Menús sujetos a cambios

COMIDA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Tacos de Pescado Baja pollock de Alaska servido con tortilla de maíz	Albóndigas con Salsa Tomate y Albahaca albóndigas de pavo preparadas con salsa de tomate y albahaca servidas con un panecillo	Pollo a La Naranja y Arroz empanado integral	Nuggets de Pollo Pollo de musculo empanizado con grano entero	Pizza de Pepperoni queso mozzarella 100% descremado, y pepperoni de puerco, homeado en masa de harina integral
Sándwich de Pollo Pollo de musculo entero empanizado con grano entero al horno	Pierna de Pollo Servido con Roll grano integral	Hamburguesa de Res con Queso hamburguesa de 100% carne con pan integral	Macarrones con Queso pasta de grano integral con queso bajo en sodio	Pizza de Queso queso mozzarella 100% descremado en masa de harina integral
Yogur de Frambuesa Con granola y queso en tiras	Yogur de Frambuesa Con granola y queso en tiras	Yogur de Frambuesa Con granola y queso en tiras	Yogur de Frambuesa Con granola y queso en tiras	Yogur de Frambuesa Con granola y queso en tiras

BAR DE ENSALADA

Una selección de frutas y vegetales son ofrecidas diariamente:
ensalada mixta, zanahorias, tomates, brócoli, pepino, elote, apio, jícama, frijol, naranjas, plátanos, peras, manzanas, vasos de fruta, 100% jugo, frutas secas