

# UNA MESA

	Lunes 6	Martes 7	Miércoles 8	Jueves 9	Viernes 10
<b>Desayuno</b>	Huevos revueltos con queso y tostada  Peras en cubos	Galletas para desayuno de mango tropical  Taza de fresas	Yogur de fresa con galletas Graham  Cuñas de naranja	Bastones de tostada francesa integral con jarabe caliente  Manzanas horneadas con canela	Muffin de manzana y canela con tiras de queso  Banana

Las ofertas diarias incluyen una variedad de tazones de cereales. Todos los platos principales del desayuno incluyen la elección de leche descremada o baja en grasa sin sabor. Todos los productos derivados de cereales son integrales. Todas las opciones de desayuno para la educación en la primera infancia son vegetarianas (incluyen leche y huevos) y (ve) corresponde a opciones veganas.



<b>Almuerzo Cocina reconfortante</b>	Pollo con parmesano Pizza con queso (v).  Coliflor asado Rodajas de naranja	Quesadilla de taco Quesadilla con queso (v).  Brócoli asado Peras enlatadas	Pavo asado con gravy y panecillo de cena Enchiladas de frijoles y queso (v).  Tiras de pimiento rojo Arándanos congelados	Sándwich de ensalada de atún Tazón de desayuno fiesta de papas con panecillo (v).  Zanahorias asadas Mandarinas	Magníficos macarrones con queso (v). Conchas rellenas (v).  Guisantes Rebanadas de manzana
--	---	---	---	--	--

SE  
OFRECE  
TODOS  
LOS DÍAS

Leche blanca sin grasa  
Leche blanca baja en grasa al 1 %

Todos los productos derivados de cereales son integrales. (v) corresponde a opciones vegetarianas (incluye leche y huevos) y (ve) se refiere a opciones veganas. Los artículos de origen local se ofrecen diariamente. Este menú está sujeto a cambios según la disponibilidad del producto.

# UNA MESA

	Lunes 13	Martes 14	Miércoles 15	Jueves 16	Viernes 17
<b>Desayuno</b>	<p>Bagel de trigo integral con queso crema</p> <p>Ensalada de frutas mixtas</p>	<p>Yogur de vainilla con galletas Graham</p> <p>Mandarina</p>	<p>Bocadillos de tostada francesa con canela</p> <p>Sandía</p>	<p>Palitos de tostada francesa integral con jarabe</p> <p>Rebanadas de manzana</p>	<p>Burrito de desayuno con huevo y papas</p> <p>Banana</p>

Las ofertas diarias incluyen una variedad de tazones de cereales. Todos los platos principales del desayuno incluyen la elección de leche descremada o baja en grasa sin sabor. Todos los productos derivados de cereales son integrales. Todas las opciones de desayuno para la educación en la primera infancia son vegetarianas (incluyen leche y huevos) y (ve) corresponde a opciones veganas.



<b>Almuerzo Cocina reconfortante</b>	<p>Caja bento de embutidos</p> <p>Hamburguesa vegetariana (v).</p> <p>Camotes fritos</p> <p>Rebanadas de manzana</p>	<p>Espagueti con pan rallado de panko y marinara con carne de res</p> <p>Sándwich de queso a la parrilla (v).</p> <p>Habichuelas con parmesano</p> <p>Rodajas de naranja</p>	<p>Pollo al curry con arroz integral. Lo Mein vegetariano con tofu (v).</p> <p>Brócoli asado y zanahorias</p> <p>Arándanos congelados</p>	<p>Pasta con marinara arcoíris (v).</p> <p>Sándwich de mantequilla de semillas de girasol y jalea (ve).</p> <p>Zanahorias glaseadas con cítricos</p> <p>Banana</p>	<p>Chili vegetariano con chips de tortilla (v).</p> <p>Pizza con queso (v).</p> <p>Brócoli y pimientos rojos</p> <p>Puré de manzana</p>
--	--	--	---	--	---

SE  
OFRECE  
TODOS  
LOS DÍAS

Leche blanca sin grasa  
Leche blanca baja en grasa al 1 %

Todos los productos derivados de cereales son integrales. (v) corresponde a opciones vegetarianas (incluye leche y huevos) y (ve) se refiere a opciones veganas. Los artículos de origen local se ofrecen diariamente. Este menú está sujeto a cambios según la disponibilidad del producto.

# UNA MESA

	Lunes 20	Martes 21	Miércoles 22	Jueves 23	Viernes 24
<b>Desayuno</b>	Yogur de vainilla con galletas Graham  Arándanos congelados	Galleta de desayuno  Rodajas de naranja	Sándwich de bagel con huevo y queso  Melón cantalupo	Muffin de arándanos con tiras de queso  Banana	Pastel de durazno de desayuno  Taza de fresas

Las ofertas diarias incluyen una variedad de tazones de cereales. Todos los platos principales del desayuno incluyen la elección de leche descremada o baja en grasa sin sabor. Todos los productos derivados de cereales son integrales. Todas las opciones de desayuno para la educación en la primera infancia son vegetarianas (incluyen leche y huevos) y (ve) corresponde a opciones veganas.



**Almuerzo**  
**Cocina**  
reconfortante

Enchiladas de carne de res. Palitos de pan de queso y marinara (v).	Nuggets de pollo Macarrones con queso (v).  Zanahorias glaseadas con cítricos Rebanadas de manzana	Palitos de tostada francesa con hamburguesa de salchicha de pavo. Tofu asado con Lo Mein vegetariano (v).  Papas asadas Mandarinas	Envuelto de pollo César Sándwich Sloppy Joe con salsa barbacoa (ve).  Ejotes Rodajas de naranja	Sándwich de ensalada de atún Quesadilla con queso (v).  Brócoli asado Banana
--	--	--	---	--

**SE  
OFRECE  
TODOS  
LOS DÍAS**

Leche blanca sin grasa  
Leche blanca baja en grasa al 1 %

Todos los productos derivados de cereales son integrales. (v) corresponde a opciones vegetarianas (incluye leche y huevos) y (ve) se refiere a opciones veganas. Los artículos de origen local se ofrecen diariamente. Este menú está sujeto a cambios según la disponibilidad del producto.

Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 31
Desayuno  No hay clases	Huevos revueltos con tostada  Bocaditos de piña	Galletas para desayuno de mango tropical  Banana fresca	Bagel simple con queso crema  Cuñas de naranja	Yogur de vainilla con galletas Graham  Mandarina fresca

Las ofertas diarias incluyen una variedad de tazones de cereales. Todos los platos principales del desayuno incluyen la elección de leche descremada o baja en grasa sin sabor. Todos los productos derivados de cereales son integrales. Todas las opciones de desayuno para la educación en la primera infancia son vegetarianas (incluyen leche y huevos) y (ve) corresponde a opciones veganas.



Almuerzo  
Cocina reconfortante

No hay clases	Sándwich de ensalada de atún Penne al horno (v).  Mezcla de verduras de la huerta Rebanadas de manzana	Tiras de pollo a la parrilla sazonadas con arroz integral. Tazón de falafel con arroz integral. Tomates y tzatziki (v).  Guisantes Cuñas de naranja	Estofado de pavo y maíz con chile verde. Quesadilla con queso (v).  Ensalada de pepino y tomate Bocaditos de piña	Enchilada de carne de res Pizza con queso (v).  Maíz mexicano Melón cantalupo
---------------	---	--	---	---

SE  
OFRECE  
TODOS  
LOS DÍAS

Leche blanca sin grasa  
Leche blanca baja en grasa al 1 %

Todos los productos derivados de cereales son integrales. (v) corresponde a opciones vegetarianas (incluye leche y huevos) y (ve) se refiere a opciones veganas. Los artículos de origen local se ofrecen diariamente. Este menú está sujeto a cambios según la disponibilidad del producto.