



ENERO 2023

K-12th Menu de Desayuno y Almuerzo Houston



MONDAY

2
Holiday

9
BREAKFAST
Mini Waffles con Miel
LUNCH
Tamales de Pollo
Jicama con Tajin
Comboy Caviar

16
Holiday

23
BREAKFAST
Panecillo con Salchicha
LUNCH
Pizza Vegetariana
Coliflor con Sabor ranch
Ensalada Fresca, con Crotones

30
BREAKFAST
Bisqueute con Mermelada
LUNCH
Tamales de Pollo
Ensalada de Cilantro y Col
Pico de Gallo

TUESDAY

3
Holiday

10
BREAKFAST
Yogurt de Vainilla con Granola Casera
LUNCH
Tacos Crujientes de Carne
Frijoles Refritos
Ensalada de Lechuga con Tomate

17
BREAKFAST
Emparedado de Panqueque
LUNCH
Hamburguesa O Hamburguesa con Queo
Papas Onduladas
Ensalada con Pepinillos

24
BREAKFAST
Yogurt con Granola y Fruta Fresca
LUNCH
Tacos Estilo Texas
Elote en Vaso
Cilantro y Cebolla Fresco

31
BREAKFAST
Snack'n Waffles
LUNCH
Sandwich de Pavo
Sopa de Quinoa con Vegetales
Ensalada con Pepinillos

WEDNESDAY

4
Holiday

11
BREAKFAST
Burrito Estilo Denver
LUNCH
Lasana De Queso
Salsa Marinara Casera
Ejotes Sasonadas Con Ajo
Palitos de Pan de Ajo

18
BREAKFAST
Pan Tostado con Queso Crema con Fresa
LUNCH
Pollo Rostizado
Rebanadas de Calabacitas Rostizadas
Pure de Papa con Gravy
Panecillo

25
BREAKFAST
Mufin de platano y nueces
LUNCH
Pollo Lo Mein
Ensalada de Kale



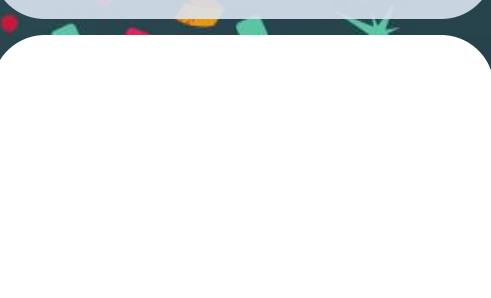
THURSDAY

5
BREAKFAST
Barra de Chia con Fresa o Manzana y Yogurt Griego
LUNCH
Hot Dog de Pavo
Chili con Frijoles
Pepino en Rebanadass

12
BREAKFAST
Bisqueute con Mermelada
LUNCH
Sanwich de Pan Plano con Jamone de Pavo y Queso Cheddar
Pepinillos Caseros
Sopa de Quinoa con Vegetales

19
BREAKFAST
Pizza de Desayuno
LUNCH
Espaguetti con Albondigas
Salsa Marinara Casera
Ensalada Cesar
Panecillo de Ajo

26
BREAKFAST
Barra de Chia con Fresa o Manzana y Yogurt Griego
LUNCH
Hot Dog de Pavo
Chili con Frijoles
Pepino en Rebanadas



FRIDAY

6
BREAKFAST
Croissant de Jamón, Huevo y Queso Cheddar
LUNCH
Sándwich Crujiente de Pollo o Pescado
Zanahoria Horneadas con Queso Parmesano, Ensalada de col

13
BREAKFAST
Avena con Sabor de Manzana y Canela
LUNCH
Pizza Queso o Pepperoni
Verduras Sasanadas Estilo Italiano
Copa de Vegetales con Adereso de Ranch

20
BREAKFAST
Muffin con Salchicha, Huevo y Queso
LUNCH
Nuggets de Pollo o Pescado
Bolitas de Camote
Frijoles Blanco con Kale

27
BREAKFAST
Croissant de Jamón, Huevo y Queso Cheddar
LUNCH
Sándwich Crujiente de Pollo o Pescado
Zanahoria Horneadas con Queso Parmesano, Ensalada de col



DISPONIBLE DIARIO

EN EL DESAYUNO

- Variedad de Fruta Fresca
- Leche sin grasa
- Leche con 1% de grasa
- Granos integrales
- Paquete de Cereal con Galletitas

EN EL ALMUERZO

- Vegetales Coloridos
- Variedad de Fruta Fresca
- Leche sin grasa
- Leche con 1% de grasa

LEYENDA

B: Desayuno
L: Almuerzo

NOTA:

Debido a COVID 19, la disponibilidad del producto no es estable y este menú está sujeto a cambios sin previo aviso según la disponibilidad.

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.



ENERO 2023

K-12th Menu de Cena

Houston



MONDAY

2
Holiday

9
Burrito de Frijol con Queso
Rodajas de Pepino

16
Holiday

23
Salchicha Empanizada
Tomatitos Cherri

30
Mini Pretzel
Tiras de Apio
Cubitos de Pavo
Cubos de Queso

TUESDAY

3
Holiday

10
Sandwich de Pavo
Ensalada con Pepinillos

17
Mini Pretzel
Tiras de Apio
Cubitos de Pavo
Cubos de Queso

24
Sandwich de Pavo
Hummus
Mini Zanahorias
Sun Chips

31
Quesadilla de Pollo con Queso
Copa de Salsa

WEDNESDAY

4
Holiday

11
Pizza Personal
Tiras de Apio

18
Mini Sandwiches De Pollo
Ensalada con Pepinillos

25
Pan Plano
Huevo Duro
Crema de Cajuete
Tiras de Apio



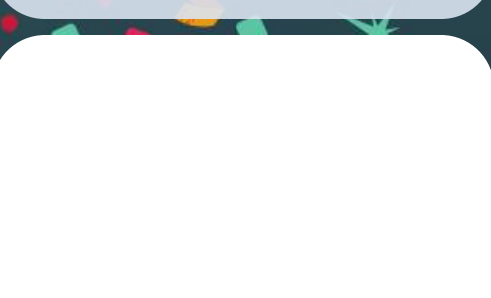
THURSDAY

5
Sandwich de Pavo
Ensalada con Pepinillos

12
Croissant de Jamon con Queso
Mini Zanahorias

19
Pan Plano
Queso Mozzarella
Peperoni
Rodajas de Pepinos

26
Sandwich de Pavo
Ensalada con Pepinillos



FRIDAY

6
Trenzados de Pan con Queso
Salsa Marinara

13
Bolitas de Queso Mozzarella
Cubitos de Pavo
Tomatitos Cherri
Sun Chips

20
Macarron con Queso
Tomatitos Cherri

27
Trenzados de Pan con Queso
Salsa Marinara



DISPONIBLE DIARIO

EN LA CENA

- Variedad de Fruta Fresca
- Leche con 1% de grasa
- Granos integrales
- Vegetales coloridos

AVISO

Debido a COVID 19, la disponibilidad del producto no es estable y este menú está sujeto a cambios sin previo aviso según la disponibilidad.

NOTA

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades