



ENERO 2023

K-12th Menu de Desayuno y Almuerzo Rio Grande Valley



MONDAY

2

Holiday

9

BREAKFAST

Mini Waffles con Miel

LUNCH

Tamales de Pollo
Jicama con Tajin
Comboy Caviar

16

Holiday

23

BREAKFAST

Pancillo con Salchicha

LUNCH

Pizza Vegetariana
Coliflor con Sabor ranch
Ensalada Fresca, con Crotones

30

BREAKFAST

Bisquete con Mermelade

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 Rebanadas

12

BREAKFAST

Bisquete 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 Parmes
ano, 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

Rio Grande Valley



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
Mini 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 Cachuate
Tiras de Apio



THURSDAY

5

Sandwich de Pavo
Ensalada
con Pepinillos

12

Croisant 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