

# FEBRERO 2023

## K-12 Menu de Desayuno y Almuerzo

### Brownsville

#### LUNES

#### MARTES

#### MIERCOLES

#### JUEVES

#### VIERNES

**1**

**DESAYUNO**  
Yogurt De Vainilla Con Granola Casera

**ALMUERZO**  
Pollo Cremoso Alfredo y Pan de Ajo  
Guisantes Verdes Parmesanos  
Vegetales Rostizados

**2**

**DESAYUNO**  
Burrito de Huevo con Queso y Papa

**ALMUERZO**  
Tacos Crujientes De Carne  
Frijoles Refritos  
Ensalada de Lechuga con Tomate

**3**

**DESAYUNO**  
Muffin de Platano y Nueces

**ALMUERZO**  
Pizza Queso o Pepperoni  
Ensalada Fresca con Crutones  
Coliflor con Ranch y Salsa Búfalo

**6**

**DESAYUNO**  
Sandwich de Panqueque

**ALMUERZO**  
Hamburguesa o Hamburguesa Con Queso  
Frijoles Horneados  
Ensalada Deli Deluxe

**7**

**DESAYUNO**  
Muffin de Arándanos

**ALMUERZO**  
Bowl de Burrito  
Caviar de Vaquero  
Ensalada de Lechuga

**8**

**DESAYUNO**  
Bagel de Canela

**ALMUERZO**  
Pollo al Horno con Panecito  
Puré de Papa con Gravy  
Ensalada de Zanahoria y Arandanos

**9**

**DESAYUNO**  
Pizza de Desayuno

**ALMUERZO**  
Espaguetti con Albondigas y Pan de Ajo  
Salsa Marinara Casera  
Copita de Pepino con Ranch

**10**

**DESAYUNO**  
Panecillo Con Salchicha

**ALMUERZO**  
Pizza Vegetariana  
Calabacín al Horno  
Ensalada Fresca con Crutones

**13**

**DESAYUNO**  
Yogurt con Granola y Fruta Fresca

**ALMUERZO**  
Carne Guisada con Tortilla  
Mini Ensalda con Lechuga y Tomate  
Maíz Tostado y Jalapeño

**14**

**DESAYUNO**  
Cuernito de Jamon de Pavo, Huevo y Queso Cheddar

**ALMUERZO**  
Pollo Teriyaki y Arroz Frito  
Verduras asiaticas salteadas  
Ensalada de Col Rizada

**16**

**DESAYUNO**  
Barra de Chia con Fresa o Manzana y Yogurt Griego

**ALMUERZO**  
Hot dog de Pavo  
Chili de Frijol  
Papas Onduladas

**17**

**DESAYUNO**  
Avena Con Plátano y Cacao

**ALMUERZO**  
Steak Fingers (bistec) o Nuggets de Pescado  
Ejotes Sazonados  
Papitas de Camote

**20**

**DESAYUNO**  
Bisquete Calientito

**ALMUERZO**  
Tamales De Pollo  
Ensalada de Cilantro y Col  
Pico de Gallo

**21**

**DESAYUNO**  
Snack N' Waffles

**ALMUERZO**  
Sandwich De Pavo  
Sopa de Quinoa con Vegetales  
Ensalada con Pepinillos

**22**

**DESAYUNO**  
Yogurt De Vainilla Con Granola Casera

**ALMUERZO**  
Pollo Cremoso Alfredo y Pan de Ajo  
Guisantes Verdes Parmesanos  
Verduras Asadas

**23**

**DESAYUNO**  
Burrito de Huevo con Queso y Papa

**ALMUERZO**  
Tacos Crujientes De Carne  
Frijoles Refritos  
Ensalada de Lechuga con Tomate

**24**

**DESAYUNO**  
Muffin de Arándanos

**ALMUERZO**  
Bowl de Burrito  
Caviar de Vaquero  
Ensalada de Lechuga

**27**

**DESAYUNO**  
Sandwich de Panqueque

**ALMUERZO**  
Hamburguesa o Hamburguesa Con Queso  
Frijoles Horneados  
Ensalada Deli Deluxe

**28**

**DESAYUNO**  
Muffin de Arándanos

**ALMUERZO**  
Bowl de Burrito  
Caviar de Vaquero  
Ensalada de Lechuga

**29**

**DESAYUNO**  
Muffin de Arándanos

**ALMUERZO**  
Bowl de Burrito  
Caviar de Vaquero  
Ensalada de Lechuga

**30**

**DESAYUNO**  
Muffin de Arándanos

**ALMUERZO**  
Bowl de Burrito  
Caviar de Vaquero  
Ensalada de Lechuga

**31**

**DESAYUNO**  
Muffin de Arándanos

**ALMUERZO**  
Bowl de Burrito  
Caviar de Vaquero  
Ensalada de Lechuga



**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

**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.

# FEBRERO 2023

## K-12 Menu de Cena

### Brownsville

#### LUNES

#### MARTES

#### MIERCOLES

#### JUEVES

#### VIERNES

Blank menu box for Monday

Blank menu box for Tuesday

1  
Mini Sandwiches De Pollo  
Ensalada con Pepinillos

2  
Pan Plano  
Queso Mozzarella  
Pepperoni  
Salsa Marinara

3  
Macarron con Queso y Broccoli  
Tomatitos Cherri

6  
Burrito de Frijol con Queso  
Pepino

7  
Rollo de Pavo  
Hummus  
Mini Ensalada con Pepinillos

8  
Pizza Personal  
Tiras de Apio

9  
Cuernito de Jamon con Queso  
Mini Zanahorias

10  
Desarrollo Profesional  
No clases

13  
Banderita  
Tomatitos Cherri

14  
Cubitos de Pavo y Jamon  
Hummus  
Sun Chips  
Mini Zanahorias

15  
Waffle Pan Plano  
Huevo Duro  
Crema de Cajuate  
Tiras de Apio

16  
Sandwich de Pavo con Queso  
Mini Ensalada con Pepinillos

17  
Trenzados de Pan con Queso  
Salsa Marinara

20  
Mini Pretzel  
Tiras de Apio  
Cubitos de Pavo  
Cubos de Queso

21  
Quesadilla de Pollo  
Chile Verde  
Copa de Salsa

22  
Mini Sandwiches De Pollo  
Ensalada con Pepinillos

23  
Pan Plano  
Queso Mozzarella  
Pepperoni  
Salsa Marinara

24  
Dia de mal clima  
No clases

27  
Burrito de Frijol con Queso  
Pepino

28  
Rollo de Pavo  
Hummus  
Mini Ensalada con Pepinillos

Blank menu box for Wednesday

Blank menu box for Thursday

Blank menu box for Friday



### 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