

FEBRERO 2023

K-12 Menu de Desayuno y Almuerzo

Ohio

LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES

1

DESAYUNO
Yogurt y Galletas

ALMUERZO
Pollo Cremoso Alfredo y Pan de Ajo
Guisantes parmesanos

2

DESAYUNO
Bisquetes

ALMUERZO
Tacos Crujientes De Carne
Frijoles Refritos
Ensalada de Lechuga y Tomate

3

DESAYUNO
Muffin de Platano y Nueces

ALMUERZO
Pizza
Brocoli con Ranch

6

DESAYUNO
Sandwich de Maple Waffle

ALMUERZO
Hamburguesa o Hamburguesa
Con Queso
Papas Onduladas
Ensalada con Pepinillos

7

DESAYUNO
Muffin de Arándanos

ALMUERZO
Pita de Pollo con Especias
Ensalada de Pepino, Tomate, y
Edamame

8

DESAYUNO
Bagel

ALMUERZO
Pollo
Rollo de Trigo
Calabacín Asado

9

DESAYUNO
Pizza de Desayuno

ALMUERZO
Espaguetti con Albondigas
Salsa Marinara Casera
Pepino con Ranch

10

DESAYUNO
Muffin con Salchicha, Huevo y Queso

ALMUERZO
Pollo o Pescado
Rollo de Trigo
Papitas de Camote

13

DESAYUNO
Panecillo Con Salchicha

ALMUERZO
Pizza Vegetariana
Calabacín al Horno

14

DESAYUNO
Yogurt y Galletas

ALMUERZO
Falafel o Pita de Pollo con Especias
Ensalada de Garbanzo

15

DESAYUNO
Cuernito de Pavo, Huevo y Queso

ALMUERZO
Pollo Teriyaki y Arroz Frito
Brócoli y Champiñones

16

DESAYUNO
Barra de Chia con Fresa o Manzana y
Yogurt Griego

ALMUERZO
Hot dog de Pavo
Papas Onduladas

17

DESAYUNO
Tostadas Francesas

ALMUERZO
Dedos de pollo
Rollo de Trigo
Papitas de Camote

20

DESAYUNO
Snack'N Waffles

ALMUERZO
Chili de Cincinnati
Ensalada de Maíz y Pimiento Rojo

21

DESAYUNO
Yogurt y Galletas

ALMUERZO
Pollo Cremoso Alfredo y Pan de Ajo
Guisantes parmesanos

22

DESAYUNO
Bisquete Calientito

ALMUERZO
Tacos Crujientes De Carne
Frijoles Refritos
Ensalada de Lechuga y Tomate

23

DESAYUNO
Muffin de Platano y Nueces

ALMUERZO
Pizza
Brocoli con Ranch

24

DESAYUNO
Muffin de Arándanos

ALMUERZO
Pita de pollo con especias
Ensalada de Pepino, Tomate, y
Edamame

27

DESAYUNO
Sandwich de Maple Waffle

ALMUERZO
Hamburguesa o Hamburguesa Con
Queso
Frijoles Horneados

28

DESAYUNO
Muffin de Arándanos

ALMUERZO
Pita de pollo con especias
Ensalada de Pepino, Tomate, y
Edamame

28

DESAYUNO
Muffin de Arándanos

ALMUERZO
Pita de pollo con especias
Ensalada de Pepino, Tomate, y
Edamame



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.