

Hello  
Spring

MARZO 2023

K-12 Menu de Desayuno y Almuerzo  
Tarrant County



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.

LUNES

Blank menu box for Monday.

MARTES

Blank menu box for Tuesday.

MIERCOLES

1 **DESAYUNO**  
Bagel de Canela  
**ALMUERZO**  
Pollo al Horno con Panecito  
Puré de Papa con Gravy  
Ensalada de Zanahoria y Arandano

JUEVES

2 **DESAYUNO**  
Pizza de Desayuno  
**ALMUERZO**  
Espaguetti con Albondigas y Pan de Ajo  
Salsa Marinara Casera  
Copita de Pepino con Ranch

VIERNES

3 **DESAYUNO**  
Muffin con Salchicha, Juevo y Queso  
**ALMUERZO**  
Sándwich Crujiente de Pollo o Pescado  
Papas Onduladas  
Ensalada con Pepinillos

6 **DESAYUNO**  
Kolache  
**ALMUERZO**  
Pizza Vegetariana  
Calabacín al Horno  
Ensalada Fresca con Crutones

7 **DESAYUNO**  
Yogurt con Granola y Fruta Fresca  
**ALMUERZO**  
Carne Guisada con Tortilla  
Ensalada de Lechuga con Tomate  
Jalapeno Maiz Asado

8 **DESAYUNO**  
Cuernito de Jamon de Pavo, Huevo y Queso cheddar  
**ALMUERZO**  
Pollo Teriyaki y Arroz Frito  
Verduras Asiaticas Salteadas  
Ensalada de Col Rizada

9 **DESAYUNO**  
Barra de Chia con Fresa o Manzana y Yogurt Griego  
**ALMUERZO**  
Hot dog de Pavo  
Chili de Frijol  
Papas Onduladas

10 **Desarrollo Profesional**  
**No Clases**

13 **Spring Break**

14 **Spring Break**

15 **Spring Break**

16 **Spring Break**

17 **Spring Break**

20 **DESAYUNO**  
Sandwich de Panqueque  
**ALMUERZO**  
Hamburguesa o Hamburguesa Con Queso  
Frijoles Horneados  
Ensalada Deli Deluxe

21 **DESAYUNO**  
Muffin de Arándanos  
**ALMUERZO**  
Bowl de Burrito  
Caviar de Vaquero  
Ensalada de Lechuga

22 **DESAYUNO**  
Bagel de Canela  
**ALMUERZO**  
Pollo al Horno con Panecito  
Puré de Papa con Gravy  
Ensalada de Zanahoria y Arandano

23 **DESAYUNO**  
Pizza de Desayuno  
**ALMUERZO**  
Espaguetti con Albondigas y Pan de Ajo  
Salsa Marinara Casera  
Copita de Pepino con Ranch

24 **DESAYUNO**  
Muffin con Salchicha, Juevo y Queso  
**ALMUERZO**  
Sándwich Crujiente de Pollo o Pescado  
Papas Onduladas  
Ensalada con Pepinillos

27 **DESAYUNO**  
Scone de Construcción  
**ALMUERZO**  
Pizza Vegetariana  
Calabacín al Horno  
Ensalada Fresca con Crutones

28 **DESAYUNO**  
Sándwich Panorámico de Panqueques  
**ALMUERZO**  
Carne Guisada con Tortilla  
Ensalada de Lechuga con Tomate  
Jalapeno Maiz Asado

29 **DESAYUNO**  
Cuernito de Jamon de Pavo, Huevo y Queso cheddar  
**ALMUERZO**  
Tazón de Desayuno Bulldozer

30 **DESAYUNO**  
Sandwich Granjero de Pollo y Waffles  
**ALMUERZO**  
Hot dog de Pavo  
Chili de Frijol  
Papas Onduladas

31 **DESAYUNO**  
Excavadora Empanada  
**ALMUERZO**  
Steak Fingers (bistec) o Nuggets de Pescado  
Ejotes Sazonados  
Papitas de Camote

Hello  
Spring



# MARZO 2023

## K-12<sup>th</sup> Menu de Cena

### Tarrant County



#### LUNES

#### MARTES

#### MIERCOLES

#### JUEVES

#### VIERNES

1  
Banderita  
Tomatitos Cherri

2  
Jamón de Pavo  
Dip de Garbanzo  
Sunchips  
Mini Zanahorias

3  
Pizza Personal  
Tiras de Apio

4  
Cuernito de  
Jamon con Queso  
Mini Zanahorias

5  
Bolitas de Queso  
Mozarela  
Cubitos de Pavo  
Tomatitos Cherri  
Sunchips

6  
Banderita  
Tomatitos Cherri

7  
Jamón de Pavo  
Dip de Garbanzo  
Sunchips  
Mini Zanahorias

8  
Waffle Pan Plano  
Huevo Duro  
Crema de Cachuate  
Tiras de Apio

9  
Sandwich de Pavo  
con Queso  
Mini Ensalada  
con Pepinillos

10  
Desarrollo  
Profesional  
No clases

13  
*Spring Break*

14  
*Spring Break*

15  
*Spring Break*

16  
*Spring Break*

17  
*Spring Break*

20  
Burrito de  
Frijol con Queso  
Pepino

21  
Rollo de Pavo  
Hummus  
Mini Ensalada con  
Pepinillos

22  
Pizza Personal  
Tiras de Apio

23  
Cuernito de Jamon  
con Queso  
Mini Zanahorias

24  
Bolitas de  
Queso Mozarela  
Cubitos de Pavo  
Tomatitos Cherri  
Sunchips

27  
Banderita  
Tomatitos Cherri

28  
Jamón de Pavo  
Dip de Garbanzo  
Sunchips  
Mini Zanahorias

29  
Waffle Pan Plano  
Huevo Duro  
Crema de Cachuate  
Tiras de Apio

30  
Sandwich de  
Pavo con Queso  
Mini Ensalada con  
Pepinillos

31  
Palitos 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