

# MAYO 2023

## K-12 Menu de Desayuno y Almuerzo

### Austin



**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

### MARTES

### MIERCOLES

### JUEVES

### VIERNES

<b>1</b>	<b>DESAYUNO</b> Sandwich de Panqueque	<b>2</b>	<b>DESAYUNO</b> Muffin de Arándanos	<b>3</b>	<b>DESAYUNO</b> Bagel de Canela	<b>4</b>	<b>DESAYUNO</b> Pizza de Desayuno	<b>5</b>	<b>DESAYUNO</b> Muffin con Salchicha, Juevo y Queso
	<b>ALMUERZO</b> Hamburguesa o Hamburguesa Con Queso Frijoles Horneados Ensalada Deli Deluxe		<b>ALMUERZO</b> Bowl de Burrito Caviar de Vaquero Ensalada de Lechuga		<b>ALMUERZO</b> Pollo al Horno con Panecito Puré de Papa con Gravy Ensalada de Zanahoria y Arandanos		<b>ALMUERZO</b> Espaguetti con Albondigas Pan de Ajo Salsa Marinara Casera Copita de Pepino con Ranch		<b>ALMUERZO</b> Sándwich Crujiente de Pollo o Pescado Papas Onduladas
<b>8</b>	<b>DESAYUNO</b> Kolache	<b>9</b>	<b>DESAYUNO</b> Yogurt con Granola y Fruta Fresca	<b>10</b>	<b>DESAYUNO</b> Cuernito de Jamon de Pavo, Huevo y Queso Cheddar	<b>11</b>	<b>DESAYUNO</b> Barra de Chia con Fresa o Manzana y Yogurt Griego	<b>12</b>	<b>DESAYUNO</b> Avena Con Plátano y Cacao
	<b>ALMUERZO</b> Pizza Vegetariana Calabacín al Horno Ensalada Fresca con Crutones		<b>ALMUERZO</b> Carne Guisada con Tortilla Ensalada de Lechuga con Tomate Jalapeno Maiz Asado		<b>ALMUERZO</b> Pollo Teriyaki y Arroz Frito Verduras Asiaticas Salteadas Ensalada de Col Rizada		<b>ALMUERZO</b> Hot dog de Pavo Chili de Frijol Papas Onduladas		<b>ALMUERZO</b> Steak Fingers (bistec) o Nuggets de Pescado Ejotes Sazonados Papitas de Camote
<b>15</b>	<b>DESAYUNO</b> Bisquete	<b>16</b>	<b>DESAYUNO</b> Snack N' Waffles	<b>17</b>	<b>DESAYUNO</b> Yogurt De Vainilla Con Granola Casera	<b>18</b>	<b>DESAYUNO</b> Burrito de Huevo con Queso y Papa	<b>19</b>	<b>DESAYUNO</b> Mufin de Platano y Noces
	<b>ALMUERZO</b> Tamales De Pollo Ensalada de Cilantro y Col Pico de Gallo		<b>ALMUERZO</b> Sandwich De Pavo Sopa de Quinoa con Vegetales Ensalada Deli Deluxe		<b>ALMUERZO</b> Pollo Cremoso Alfredo y Pan de Ajo Guisantes Verdes Parmesanos Verduras Asadas		<b>ALMUERZO</b> Tacos Crujientes De Carne Frijoles Refritos Ensalada de Lechuga con Tomate		<b>ALMUERZO</b> Pizza de Queso o Pepperoni Ensalada Fresca con Crutones Coliflor con Ranch y Salsa Búfalo
<b>22</b>	<b>DESAYUNO</b> Sandwich de Panqueque	<b>23</b>	<b>DESAYUNO</b> Muffin de Arándanos	<b>24</b>	<b>DESAYUNO</b> Bagel de Canela	<b>25</b>	<b>DESAYUNO</b> Pizza de Desayuno	<b>26</b>	<b>DESAYUNO</b> Muffin con Salchicha, Juevo y Queso
	<b>ALMUERZO</b> Hamburguesa o Hamburguesa Con Queso Frijoles Horneados Ensalada Deli Deluxe		<b>ALMUERZO</b> Bowl de Burrito Caviar de Vaquero Ensalada de Lechuga		<b>ALMUERZO</b> Pollo al Horno con Panecito Puré de Papa con Gravy Ensalada de Zanahoria y Arandanos		<b>ALMUERZO</b> Espaguetti con Albondigas Pan de Ajo Salsa Marinara Casera Copita de Pepino con Ranch		<b>ALMUERZO</b> Sándwich Crujiente de Pollo o Pescado Papas Onduladas
<b>29</b>		<b>30</b>		<b>31</b>					

# MAYO 2023

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

### Austin



**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

LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
1	Burrito de Frijol con Queso Pepino	2	Rollo de Pavo Hummus Mini Ensalada con Pepinillos	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
8	Banderita Tomatitos Cherri	9	Jamón de Pavo Dip de Garbanzo Mini Zanahorias Sunchips	10	Waffle Pan Plano Huevo Duro Crema de Cachuete Tiras de Apio	11	Sandwich de Pavo con Queso Mini Ensalada con Pepinillos	12	Pan de Ajo con Queso Trenzado Salsa Marinara
15	Mini Pretzel Tiras de Apio Cubitos de Pavo Cubos de Queso	16	Quesadilla con Chili Verde Pollo Copa de Salsa	17	Mini Sandwiches De Pollo Ensalada con Pepinillos	18	Pan Plano Queso Mozzarella Pepperoni Salsa Marinara	19	Macarron con Queso y Broccoli Tomatitos Cherri
22	Burrito de Frijol con Queso Pepino	23	Rollo de Pavo Hummus Mini Ensalada con Pepinillos	24	Pizza Personal Tiras de Apio	25	Cuernito de Jamon con Queso Mini Zanahorias	26	Bolitas de Queso Mozarela Cubitos de Pavo Tomatitos Cherri Sunchips
29		30		31					