

MAYO 2023

K-12 Menu de Desayuno y Almuerzo

Houston



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

1	DESAYUNO Sandwich de Panqueque	2	DESAYUNO Muffin de Arándanos	3	DESAYUNO Bagel de Canela	4	DESAYUNO Pizza de Desayuno	5	DESAYUNO Muffin con Salchicha, Juevo y Queso
	ALMUERZO Hamburguesa o Hamburguesa Con Queso Frijoles Horneados Ensalada Deli Deluxe		ALMUERZO Bowl de Burrito Caviar de Vaquero Ensalada de Lechuga		ALMUERZO Pollo al Horno con Panecito Puré de Papa con Gravy Ensalada de Zanahoria y Arandanos		ALMUERZO Espaguetti con Albondigas Pan de Ajo Salsa Marinara Casera Copita de Pepino con Ranch		ALMUERZO Sándwich Crujiente de Pollo o Pescado Papas Onduladas
8	DESAYUNO Kolache	9	DESAYUNO Yogurt con Granola y Fruta Fresca	10	DESAYUNO Cuernito de Jamon de Pavo, Huevo y Queso Cheddar	11	DESAYUNO Barra de Chia con Fresa o Manzana y Yogurt Griego	12	DESAYUNO Avena Con Plátano y Cacao
	ALMUERZO Pizza Vegetariana Calabacín al Horno Ensalada Fresca con Crutones		ALMUERZO Carne Guisada con Tortilla Ensalada de Lechuga con Tomate Jalapeno Maiz Asado		ALMUERZO Pollo Teriyaki y Arroz Frito Verduras Asiaticas Salteadas Ensalada de Col Rizada		ALMUERZO Hot dog de Pavo Chili de Frijol Papas Onduladas		ALMUERZO Steak Fingers (bistec) o Nuggets de Pescado Ejotes Sazonados Papitas de Camote
15	DESAYUNO Bisqueete	16	DESAYUNO Snack N' Waffles	17	DESAYUNO Yogurt De Vainilla Con Granola Casera	18	DESAYUNO Burrito de Huevo con Queso y Papa	19	DESAYUNO Mufin de Platano y Noces
	ALMUERZO Tamales De Pollo Ensalada de Cilantro y Col Pico de Gallo		ALMUERZO Sandwich De Pavo Sopa de Quinoa con Vegetales Ensalada Deli Deluxe		ALMUERZO Pollo Cremoso Alfredo y Pan de Ajo Guisantes Verdes Parmesanos Verduras Asadas		ALMUERZO Tacos Crujientes De Carne Frijoles Refritos Ensalada de Lechuga con Tomate		ALMUERZO Pizza de Queso o Pepperoni Ensalada Fresca con Crutones Coliflor con Ranch y Salsa Búfalo
22	DESAYUNO Sandwich de Panqueque	23	DESAYUNO Muffin de Arándanos	24	DESAYUNO Bagel de Canela	25	No Clases	26	No Clases
	ALMUERZO Hamburguesa o Hamburguesa Con Queso Frijoles Horneados Ensalada Deli Deluxe		ALMUERZO Bowl de Burrito Caviar de Vaquero Ensalada de Lechuga		ALMUERZO Pollo al Horno con Panecito Puré de Papa con Gravy Ensalada de Zanahoria y Arandanos				
29		30		31					

MAYO 2023

K-12th Menu de Cena

Houston



**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 Mozarella 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 Cacahuete 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 Brocolli 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	No Clases	26	No Clases
29		30		31					