

# ABRIL

## K-12 MENU DE DESAYUNO Y ALMUERZO

### Houston

#### LUNES

##### DESAYUNO

Cinni Minis

##### ALMUERZO

Tiras de Pescado Empanizado o Bocaditos de Pollo  
Panecillo  
Papas Fritas Arrugadas  
Ensalada Fresca de la Huerta

#### MARTES

##### DESAYUNO

Sándwich de Panqueque con Tocino, Huevo y Queso

##### ALMUERZO

Filete de Salisbury con Gravy de Champiñones  
Panecillo  
Ejotes Verdes Estilo Campestre  
Puré de Coliflor

#### MIÉRCOLES

##### DESAYUNO

Kolache

##### ALMUERZO

Tazón de Fajita de Pollo  
Tortilla  
Mini Ensalada con Lechuga Romana y Tomate  
Elote

#### JUEVES

##### DESAYUNO

Muffin Inglés de Salchicha y Queso

##### ALMUERZO

Sloppy Joe  
Patatas Fritas al Horno  
Ensalada de Craisin y Zanahoria?  
Gamer Garbanzos

#### VIERNES

##### DESAYUNO

Bagel

##### ALMUERZO

Pizza de Queso o Pizza de Pepperoni  
Trozos de Calabacín  
Ensalada de Tomate Diminuto

##### DESAYUNO

Pizza de Desayuno con Bagel

##### ALMUERZO

Sándwich de Pollo Crujiente o Sándwich de Pescado Crujiente o Sándwich de Pollo Picante  
Papas Fritas Arrugadas  
Ensalada con Pepinillos

##### DESAYUNO

Burrito de Chorizo, Papa y Frijoles

##### ALMUERZO

Pollo con Mezquite con Tortillas de Maíz  
Tortillas de Maíz  
Lentejas Charras  
Ensalada de papa

##### DESAYUNO

Duraznos y Crema de Avena

##### ALMUERZO

Sándwich de Albóndigas  
Salsa Marinara Casera  
Copa de Vegetales con Adereso de Ranch

##### DESAYUNO

Banderilla de Panqueque

##### ALMUERZO

Pollo de Island Blossom  
Pepino Sésamo  
Brócoli Umami

##### DESAYUNO

Croissant de Desayuno de Jamón de Pavo y Queso Cheddar

##### ALMUERZO

Nachos con Carne de Res o Nachos con Proteína Vegetal  
Mini Ensalada con Lechuga Romana y Tomate  
Frijoles Refritos

##### DESAYUNO

Snack'n Waffles

##### ALMUERZO

Pollo Crujiente Horneado  
Panecillo  
Verdes Caseros  
Pure de Papa con Gravy

##### DESAYUNO

Jamón con Queso y Huevo con Pan Plano de Gofre

##### ALMUERZO

Enchiladas  
Frijoles Charros  
Batatas Especiadas

##### DESAYUNO

Bisquete de Salchicha  
Bisquete Caliente

##### ALMUERZO

Sándwich de Cerdo a la Barbacoa  
Desmenuzado  
Tubérculos Asados  
Repollo con Vinagre

##### DESAYUNO

Omelet de Jamón y Queso

##### ALMUERZO

Pollo Cremoso Alfredo  
Coliflor al Pesto  
Zanahorias Sazonadas

##### DESAYUNO

Sándwich de Pollo y Waffles

##### ALMUERZO

Hamburguesa con Queso o Hamburguesa  
Papas Onduladas  
Ensalada con Pepinillos

##### DESAYUNO

Cinni Minis

##### ALMUERZO

Tiras de Pescado Empanizado o Bocaditos de Pollo  
Panecillo  
Papas Fritas Arrugadas  
Ensalada Fresca de la Huerta

##### DESAYUNO

Sándwich de Panqueque con Tocino, Huevo y Queso

##### ALMUERZO

Filete de Salisbury con Gravy de Champiñones  
Panecillo  
Ejotes Verdes Estilo Campestre  
Puré de Coliflor

##### DESAYUNO

Kolache

##### ALMUERZO

Tazón de Fajita de Pollo  
Tortilla  
Mini Ensalada con Lechuga Romana y Tomate  
Elote

##### DESAYUNO

Muffin Inglés de Salchicha y Queso

##### ALMUERZO

Sloppy Joe  
Patatas Fritas al Horno  
Ensalada de Craisin y Zanahoria?  
Gamer Garbanzos

##### DESAYUNO

Bagel

##### ALMUERZO

Pizza de Queso o Pizza de Pepperoni  
Trozos de Calabacín  
Ensalada de Tomate Diminuto

29

**NO HAY ESCUELA**

##### DESAYUNO

Pizza de Desayuno con Bagel

##### ALMUERZO

Sándwich de Pollo Crujiente o Sándwich de Pescado Crujiente o Sándwich de Pollo Picante  
Papas Fritas Arrugadas  
Ensalada con Pepinillos

¿Sabías?

El desayuno y el almuerzo son GRATIS para TODOS los estudiantes de IDEA



**Se Ofrece Diariamente:**

### En el Desayuno

- Variedad de Fruta Fresca
- Leche sin grasa
- Leche con 1% de grasa
- Granos integrales
- Paquete de Cereal con Galletitas
- 100% jugo de fruta

### En el Almuerzo

- Vegetales Coloridos
- Variedad de Fruta Fresca
- Leche sin grasa
- Leche con 1% de grasa

#### Noticia:

Aunque nos esforzamos por servir el menú agendado, el menú puede cambiar sin previo aviso según la disponibilidad del producto

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.

# ABRIL

## MENU DE CENA

### Houston

#### LUNES

1 Hot Dog de Pavo  
Frijoles Estilo Rancho

#### MARTES

2 Pizzaboli  
Salsa de Marinara

#### MIERCOLES

3 Eggrolls de Pollo  
Rodajas de Pepino

#### JUEVES

4 Salsa de Frijoles y Dos Quesos  
Copa de Salsa

#### VIERNES

5 Empanada de Pollo  
Mini Ensalada con Lechuga Romana y  
Tomate



## Se Ofrece Diariamente en la Cena:

- Variedad de Fruta Fresca
- Leche con 1% de grasa
- Granos integrales
- Vegetales coloridos

#### Noticia:

Aunque nos esforzamos por servir el menú agendado, el menú puede cambiar sin previo aviso según la disponibilidad del producto

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades

8 Bocaditos de Pretzel, Cubitos de Pavo y Salsa de Queso  
Mini Zanahoria

9 Palitos de Mozzarella  
Salsa de Marinara

10 Nuggets de pollo  
Rodajas de Pepino

11 Croissant de Sándwich de Pollo  
Mini Ensalada con Pepinillos

12 S'wich de Hamburguesa con Queso  
Palitos de Apio

15 Chex Mix de Queso, Bold Bites  
y Cubitos de Queso  
Tomatitos Cherry

16 Parfait de Frutas y Yogurt  
Rodajas de Pepino

17 Tamales de Pollo  
Copa de Salsa

18 Pizza  
Salsa de Marinara

19 Cubitos de Pavo, Hummus, Sunchips  
Palitos de Apio

22 Hot Dog de Pavo  
Frijoles Estilo Rancho

23 Pizzaboli  
Salsa de Marinara

24 Eggrolls de Pollo  
Rodajas de Pepino

25 Salsa de Frijoles y Dos Quesos  
Copa de Salsa

26 Empanada de Pollo  
Mini Ensalada con Lechuga Romana y  
Tomate

29 **NO HAY  
ESCUELA**

30 Bocaditos de Pretzel, Cubitos de Pavo y Salsa  
de Queso  
Mini Zanahoria

¿Sabías?  
El desayuno y el almuerzo son GRATIS para TODOS los estudiantes de  
IDEA