

# MAYO

## K-12 MENU DE DESAYUNO Y ALMUERZO

### HOUSTON

#### LUNES

#### MARTES

#### MIERCOLES

#### JUEVES

#### VIERNES

¿Sabías?

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

		1 <b>DESAYUNO</b> Duraznos y Crema de Avena <b>ALMUERZO</b> Sándwich de Albóndigas Salsa Marinara Casera Copa de Vegetales con Adereso de Ranch	2 <b>DESAYUNO</b> Banderilla de Panqueque <b>ALMUERZO</b> Pollo de Island Blossom Pepino Sésamo Brócoli Umami	3 <b>DESAYUNO</b> Croissant de Desayuno de Jamón de Pavo y Queso Cheddar <b>ALMUERZO</b> Nachos con Carne de Res o Nachos con Proteína Vegetal Mini Ensalada con Lechuga Romana y Tomate Frijoles Refritos
6 <b>DESAYUNO</b> Snack'n Waffles <b>ALMUERZO</b> Pollo Crujiente Horneado Panecillo Verdes Caseros Pure de Papa con Gravy	7 <b>DESAYUNO</b> Jamón con Queso y Huevo con Pan Plano de Gofre <b>ALMUERZO</b> Enchiladas de Pollo Frijoles Charros Batatas Especiadas	8 <b>DESAYUNO</b> Bisquete de Salchicha Bisquete Caliente <b>ALMUERZO</b> Sándwich de Puerco a la Barbacoa Desmenuzado Tubérculos Asados Repollo con Vinagre	9 <b>DESAYUNO</b> Omelet de Jamón y Queso <b>ALMUERZO</b> Pollo Cremoso Alfredo Coliflor al Pesto Zanahorias Sazonadas	10 <b>DESAYUNO</b> Sándwich de Pollo y Waffles <b>ALMUERZO</b> Hamburguesa con Queso o Hamburguesa Papas Onduladas Ensalada con Pepinillos
13 <b>DESAYUNO</b> Cinni Minis <b>ALMUERZO</b> Tiras de Pescado Empanizado o Bocaditos de Pollo Panecillo Papas Fritas Arrugadas Ensalada Fresca de la Huerta	14 <b>DESAYUNO</b> Sándwich de Panqueque con Tocino, Huevo y Queso <b>ALMUERZO</b> Filete de Salisbury con Gravy de Champiñones Panecillo Ejotes Verdes Estilo Campestre Puré de Coliflor	15 <b>DESAYUNO</b> Kolache <b>ALMUERZO</b> Tazón de Fajita de Pollo Tortilla Mini Ensalada con Lechuga Romana y Tomate Elote	16 <b>DESAYUNO</b> Muffin Inglés de Salchicha y Queso <b>ALMUERZO</b> Sloppy Joe Patatas Fritas al Horno Ensalada de Craisin y Zanahoria Gamer Garbanzos	17 <b>DESAYUNO</b> Bagel <b>ALMUERZO</b> Pizza de Queso o Pizza de Pepperoni Trozos de Calabacín Ensalada de Tomate Diminuto
20 <b>DESAYUNO</b> Pizza de Desayuno con Bagel <b>ALMUERZO</b> Sándwich de Pollo Crujiente o Sándwich de Pescado Crujiente o Sándwich de Pollo Picante Papas Fritas Arrugadas Ensalada con Pepinillos	21 <b>DESAYUNO</b> Burrito de Chorizo, Papa y Frijoles <b>ALMUERZO</b> Pollo con Mezquite con Tortillas de Maíz Tortillas de Maíz Lentejas Charras Ensalada de papa	22 <b>DESAYUNO</b> Duraznos y Crema de Avena <b>ALMUERZO</b> Sándwich de Albóndigas Salsa Marinara Casera Copa de Vegetales con Adereso de Ranch	23 <b>DESAYUNO</b> Banderilla de Panqueque <b>ALMUERZO</b> Pollo de Island Blossom Pepino Sésamo Brócoli Umami	24 <b>DESAYUNO</b> Croissant de Desayuno de Jamón de Pavo y Queso Cheddar <b>ALMUERZO</b> Nachos con Carne de Res o Nachos con Proteína Vegetal Mini Ensalada con Lechuga Romana y Tomate Frijoles Refritos
27 <b>NO HAY ESCUELA</b>	28 <b>DESAYUNO DE LA ESCUELA DE VERANO</b> Snack'n Waffles <b>ALMUERZO ESCOLAR DE VERANO</b> Hamburguesa con Queso o Hamburguesa Papas Arrugadas	29 <b>DESAYUNO DE LA ESCUELA DE VERANO</b> Pizza de Desayuno con Bagel <b>ALMUERZO ESCOLAR DE VERANO</b> Pizza de Queso o Pizza de Pepperoni Brócoli con Limón	30 <b>DESAYUNO DE LA ESCUELA DE VERANO</b> Cereal o Cereal y Galletas <b>ALMUERZO ESCOLAR DE VERANO</b> Bocaditos de Pollo Panecillo Ensalada de Craisin y Zanahoria	31 <b>DESAYUNO DE LA ESCUELA DE VERANO</b> Bisquete de Salchicha o Bisquete Caliente <b>ALMUERZO ESCOLAR DE VERANO</b> Sloppy Joe Copa de Pepino con Adereso de Ranch



**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

**Notica:**

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.

# MAYO

## MENU DE CENA

### HOUSTON

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		1 Nuggets de pollo Rodajas de Pepino	2 Croissant de Sándwich de Pollo Mini Ensalada con Pepinillos	3 S'wich de Hamburguesa con Queso Palitos de Apio
6 Chex Mix de Queso, Bold Bites y Cubitos de Queso Tomatitos Cherry	7 Parfait de Frutas y Yogurt Rodajas de Pepino	8 Tamales de Pollo Copa de Salsa	9 Pizza Salsa de Marinara	10 Cubitos de Pavo, Hummus, Sunchips Palitos de Apio
13 Hot Dog de Pavo Frijoles Estilo Rancho	14 Pizzaboli Salsa de Marinara	15 Eggrolls de Pollo Rodajas de Pepino	16 Salsa de Frijoles y Dos Quesos Copa de Salsa	17 Empanada de Pollo Mini Ensalada con Lechuga Romana y Tomate
20 Bocaditos de Pretzel, Cubitos de Pavo y Salsa de Queso Mini Zanahoria	21 Palitos de Mozzarella Salsa de Marinara	22 Nuggets de pollo Rodajas de Pepino	23 Croissant de Sándwich de Pollo Mini Ensalada con Pepinillos	24 S'wich de Hamburguesa con Queso Palitos de Apio

**NO HAY ESCUELA**

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



**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