

Distrito Escolar de Woodburn Intermedia Menù Ciclo

Menù de Desayuno & Almuerzo

Marzo – Junio 2023

SEM	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
1	Mini Roles de Canela Deditos de Bistec & Bollo integral Hamburgues Salchicha empanizada	Barritas de Queso Pizza Sándwich de Jamón y Queso Yogur Parfait	Cereal de desayuno Nuggets de pollo & Bollo integral Crema de cacahuete y mermelada Ensalad Cesar	Barritas de ZeeZee Albóndigas c/ pùre de patatas Yogur, barrita de queso & baguel Bolsillo de Jamón y Queso	Barritas de pan Francés tostado Pollo Frito al horno c/ gajos de patata y bollo integral Salsa de Queso y Prezel suave Burrito Vegano
2	Desayuno en un Palito Pollo Teriyaki & Fideos Yakisoba Taco Snack Sándwich de Queso Amarillo	Bísquet Sándwich Pizza de Pepperoni* Sándwich de Ensalada de Pollo Yogur Parfait	Waffles Sándwich de Pollo Mordiditas de Jalapeño Crema de cacahuete y mermelada	Mini Pancakes Espagueti c/ Albóndigas Pizza de bolsillo Hummus, Vegetales y Pan plano	Avena Caliente Hamburguesa c/ Queso Perrito Caliente Burrito Vegano
3	Burrito de Desayuno Tacos de carne de res c/ Frijoles fritos Hamburgues Salchicha empanizada	Mini Baguets rellenos Pizza Sándwich estilo BBQ* Yogur Parfait	Rollo de Canela Sub de Albóndigas en salsa de tomate Ensalada de Chef Crema de cacahuete y mermelada	Quesadilla Nachos Supreme Bolsillo de Jamón y Queso Yogur, Queso & Baguel	Baguel & Queso Crema Nugest de Pezocado c/ Pan de Ajo Chili de Tres Frijoles Burrito Vegano
4	Sándwich de Desayuno Pollo a la Naranja c/ Arroz integral Sloppy Joe Sándwich de Queso Amarillo	Tazón de panque de durazno Pizza de Pepperoni* Bocadillos Deli Yogur Parfait	Dona de Barrita Hamburguesa c/ Queso Ensalad Cesar Crema de cacahuete y mermelada	Yogur & Muffin Salsa de Pavo, Mashed c/ pùre de patatas y Bollo integral Pizza de bolsillo Salsa de Frijoles & Chips de tortilla	Avena Caliente Desalmuerzo Quesadilla Burrito Vegano

OTRAS SELECCIONES DIARIAS:

Cereal o barra de desayuno

Leche sin grasa o blanca al 1%

Todos los estudiantes deben tomar ½ taza de fruta con el desayuno.

ALMUERZO

Leche blanca y de chocolate baja en grasa o sin grasa.

La barra ofrece una variedad de frutas y verduras frescas y de lata.

Todos los estudiantes deben tomar al menos ½ taza de frutas y/o vegetales con el almuerzo

Los artículos marcados con un asterisco * pueden contener carne de cerdo.

Este menú esta sujeto a cambios sin previo aviso.

Desarrolla hábitos saludables: Empieza tu día con un desayuno balanceado

Granos enteros para plenitud y energía

Proteínas para músculos sanos

Alimentos ricos en calcio para huesos y dientes fuertes

Dulces frutas o verduras coloridas para fibra, vitaminas y minerales

Mar-23							Apr-23							May-23							Jun-23						
S	M	T	W	Th	F	S	S	M	T	W	Th	F	S	S	M	T	W	Th	F	S	S	M	T	W	Th	F	S
			1	2	3	4							1	30	1	2	3	4	5	6					1	2	3
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8	7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15	14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22	21	22	23	24	25	26	27							
26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29	28	29	30	31										

Este Instituto es un proveedor con equidad de oportunidades