

# DESAYUNO PRIMARIA/MEDIO

## OCTUBRE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Sándwich de Desayuno con Huevo o Salchicha	Avena del Arándano al Horno	Burrito de Desayuno	Cacerola de Pan Tostado Francés	Pan de Bagel con Queso Crema

Se ofrece diariamente una selección de cereales integrales, batidos de frutas y yogur, muffins integrales, fruta fresca y leche.  
**¡Las comidas escolares ahora son gratuitas para todos los estudiantes!**

Nuestro menú está sujeto a cambios. Tenga esto en cuenta al revisar nuestros menús impresos y en línea.  
Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.



# ALMUERZO PRIMARIA / MEDIA

## OCTUBRE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Hamburguesa con Queso y Gajos de Papa	<b>1</b> Tamales de Pollo o Queso Arroz y Frijoles	<b>2</b> Pizza de Queso, Peperoni, o Hawaiana	<b>3</b> Pollo Teriyaki con Umi Organics Yakisoba y Verduras al Vapor	<b>4</b> Tiras de Pollo con Pan Integral y Elote Cocido
<b>7</b> Macarrones con Queso y Chícharos	<b>8</b> Quesadilla con Pollo o Queso y Frijoles Refritos	<b>9</b> Pizza de Queso, Peperoni, o Hawaiana	<b>10</b> Piernas De Pollo con Pan de Trigo Integral y Puré de Papas	<b>11</b> Sándwich de Queso Asado y Sopa de Tomate
<b>14</b> Sándwich de Albóndigas Italiano & Ejotes Cocidos	<b>15</b> Burrito de Carne de Puerco y Frijoles Refritos	<b>16</b> Pizza de Queso, Peperoni, o Hawaiana	<b>17</b> Pasta Mozzarella Rotini Horneada y Ensalada de Garbanzos	<b>18</b> Hamburguesa con Queso & Tater Tots
<b>21</b> Sándwich De Pollo con Papas Fritas de Camote Tipo Waffle	<b>22</b> Nachos y Frijoles Negros	<b>23</b> Pizza de Queso, Peperoni, o Hawaiana	<b>24</b> Palomitas de Pollo y Pan Integral c/ Puré de Papa	<b>25</b> Pollo Teriyaki con Umi Organics Yakisoba y Verduras al Vapor
<b>28</b> NO HAY ESCUELA	<b>29</b> Tacos De Carnitas Arroz y Frijoles	<b>30</b> Pizza de Queso, Peperoni, o Hawaiana	<b>31</b> Pollo a la Mandarina con Arroz Integral y Chícharos	Espaguetis con Salsa de Tomate y Carne Brócoli Asado

Ofertas diarias: fruta fresca, barra de ensaladas, sándwiches delicatessen, sándwiches de atún Tre-Fin, sándwiches de mantequilla de maní y mermelada Oregon Growers, y leche.

**¡Las comidas escolares ahora son gratuitas para todos los estudiantes!**

Segundo Almuerzo \$3.00    Segundo plato principal \$2.00    METROprimeros \$0.50

Nuestro menú está sujeto a cambios. Tenga esto en cuenta al revisar nuestros menús impresos y en línea.

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.

