

## Menú de desayuno y almuerzo de Escuelas Secundarias

Octubre 2024

1.º de octubre

Desayuno: Bollo de salchicha, huevo y queso

Almuerzo: Taco de *tenders* de pollo, *tenders* de pollo, ensalada del huerto, frijoles refritos, piña fresca

2 de octubre

Desayuno: *Waffle* con chispas de chocolate

Almuerzo: Empanadas al vapor, *tenders* de pollo, ensalada del huerto, verduras fritas salteadas, naranjas mandarinas, rollito de primavera de vegetales

3 de octubre

Desayuno: *Muffin* de temporada

Almuerzo: Nachos de pollo, *tenders* de pollo, ensalada del huerto, maíz en grano, fruta fresca variada

4 de octubre

Desayuno: *Croissant* de jamón de pavo y queso

Almuerzo: Pollo y *waffles*, sándwich de pollo picante, ensalada del huerto, postre caliente de manzana, camotes fritos

7 de octubre

Desayuno: Tostada francesa

Almuerzo: Barritas de bistec, sándwich de pollo picante, ensalada del huerto, puré de papa con salsa cremosa, naranjas mandarinas, bollo

8 de octubre

Desayuno: Pizza de desayuno

Almuerzo: Enchiladas de queso, sándwich de pollo picante, ensalada del huerto, frijoles pintos, paquete individual de uvas, arroz español

9 de octubre

Desayuno: Tostada de canela rellena

Almuerzo: Pollo agridulce, sándwich de pollo picante, ensalada del huerto, verduras fritas salteadas, piña fresca, fideos *Lo Mein*, rollito de primavera de vegetales

10 de octubre

Desayuno: *Muffin* de temporada

Almuerzo: Nachos de carne, *tenders* de pollo, ensalada del huerto, maíz en grano, melón fresco

11 de octubre

Desayuno: *Croissant* de jamón de pavo y queso

Almuerzo: Barra de pasta, sándwich de pollo picante, ensalada del huerto, habichuelas verdes, naranjas mandarinas, bollo

15 de octubre

Desayuno: Mini panqueques

Almuerzo: Tacos de pollo Don Lee, *tenders* de pollo, ensalada del huerto, frijoles refritos, piña fresca

16 de octubre

Desayuno: *Waffle* con chispas de chocolate

Almuerzo: Empanadas al vapor, sándwich de pollo picante, ensalada del huerto, verduras fritas salteadas, fruta fresca variada, rollito de primavera de vegetales

17 de octubre

Desayuno: *Muffin* de temporada

Almuerzo: Nachos de pollo, *tenders* de pollo, ensalada del huerto, maíz en grano, paquete individual de uvas

18 de octubre

Desayuno: Bollo de salchicha y queso

Almuerzo: *Frito Pie*, sándwich de pollo picante, zanahorias pequeñas, ensalada del huerto, postre caliente de manzana

21 de octubre

Desayuno: Barritas de tostada francesa

Almuerzo: Hamburguesa con queso y tocino, sándwich de pollo picante, papas fritas rizadas, ensalada de repollo, rodajas de manzana fresca

22 de octubre

Desayuno: Pizza de desayuno

Almuerzo: Tazón de burrito de pollo, *tenders* de pollo, ensalada del huerto, frijoles negros sazonados, paquete individual de uvas, arroz al cilantro, pan de maíz

23 de octubre

Desayuno: Tostada de canela rellena

Almuerzo: Pollo *Thai*, sándwich de pollo picante, ensalada del huerto, verduras fritas salteadas, melón fresco, rollito de primavera de vegetales, arroz al vapor

24 de octubre

Desayuno: *Muffin* de temporada

Almuerzo: Nachos de carne, *tenders* de pollo, ensalada del huerto, maíz en grano, piña fresca

25 de octubre

Desayuno: *Croissant* de jamón de pavo y queso

Almuerzo: Mini *corn dogs*, sándwich de pollo picante, ensalada del huerto, frijoles cocidos, postre caliente de manzana

28 de octubre

Desayuno: Mini panqueques

Almuerzo: Barritas de bistec, sándwich de pollo picante, ensalada del huerto, puré de papa con salsa cremosa, rodajas de manzana fresca, bollo

29 de octubre

Desayuno: Bollo de salchicha, huevo y queso

Almuerzo: Taco de *tenders* de pollo, *tenders* de pollo, ensalada del huerto, frijoles refritos, piña fresca

30 de octubre

Desayuno: *Waffle* con chispas de chocolate

Almuerzo: Empanadas al vapor, sándwich de pollo picante, ensalada del huerto, verduras fritas salteadas, naranjas mandarinas, rollito de primavera de vegetales

31 de octubre

Desayuno: *Muffin* de temporada

Almuerzo: Nachos de pollo, *tenders* de pollo, ensalada del huerto, maíz en grano, fruta fresca variada, galleta de calabaza

\*Los menús están sujetos a cambios sin previo aviso debido al precio o la disponibilidad de los alimentos\*

Esta es una institución que ofrece igualdad de oportunidades.