

# MENÚ DE DESAYUNOS DE SECUNDARIA

**Abril de 2026**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		-1- VACACIONES DE PRIMAVERA	-2- VACACIONES DE PRIMAVERA	-3- VACACIONES DE PRIMAVERA
-6- PALITOS DE TOSTADA FRANCESA INTEGRALES O YOGURT Y FRUTA CON PAQUETE DE GRANOLA U OPCIÓN DE KIT DE DESAYUNO  O MUFFIN INTEGRAL GRANDE DE MAÍZ  -Y- JUGO 100% DE FRUTAS VASITO DE FRUTA OPCIÓN DE LECHE	-7- WAFFLE INTEGRAL DE ARÁNDANOS O YOGURT Y FRUTA CON PAQUETE DE GRANOLA INTEGRAL O BARRITA INTEGRAL DE DESAYUNO CON CHISPAS DE CHOCOLATE O OPCIÓN DE KIT DE DESAYUNO  -Y- VASITO DE COMPOTA DE MANZANA JUGO 100% OPCIÓN DE LECHE	-8- BOCADILLO DE PAN DE BANANA INTEGRAL PALITO DE QUESO O YOGURT Y FRUTA con PAQUETE DE GRANOLA INTEGRAL O MINI PANCAKES INTEGRALES CON MAPLE U OPCIÓN DE KIT DE DESAYUNO  -Y- VASITO DE FRUTA MIXTA RODAJAS DE MANZANA FRESCA OPCIÓN DE LECHE	-9- TACO INTEGRAL DE HUEVO Y QUESO VASITO DE SALSA O YOGURT Y FRUTA CON PAQUETE DE GRANOLA INTEGRAL U OPCIÓN DE KIT DE DESAYUNO U BARRITA INTEGRAL DE CACAO Y CEREZA PALITO DE QUESO  -Y- VASITO DE DURAZNO JUGO 100% OPCIÓN DE LECHE	-10- MUFFIN INTEGRAL GRANDE CON CHISPAS DE CHOCOLATE O YOGURT Y FRUTA CON PAQUETE DE GRANOLA INTEGRAL O PALITOS DE TOSTADA FRANCESA INTEGRALES U OPCIÓN DE KIT DE DESAYUNO  -Y- VASITO DE PERA BANANA OPCIÓN DE LECHE
-13- MINI PANCAKES INTEGRALES CON MAPLE O YOGURT Y FRUTA CON PAQUETE DE GRANOLA INTEGRAL U OPCIÓN DE KIT DE DESAYUNO O PAN INTEGRAL DE CANELA Y PALITO DE QUESO  -Y- VASITO DE COMPOTA DE MANZANA JUGO 100% DE FRUTAS OPCIÓN DE LECHE	-14- TACO INTEGRAL DE HUEVO Y QUESO VASITO DE SALSA O YOGURT Y FRUTA CON PAQUETE DE GRANOLA INTEGRAL U OPCIÓN DE KIT DE DESAYUNO O BARRITA INTEGRAL CON CHISPAS DE CHOCOLATE  -Y- PERA FRESCA JUGO 100% DE FRUTAS OPCIÓN DE LECHE	-15- MUFFIN INTEGRAL GRANDE SUNRISE O YOGURT Y FRUTA CON PAQUETE DE GRANOLA INTEGRAL U OPCIÓN DE KIT DE DESAYUNO  O GALLETA INTEGRAL DE MANZANA Y CANELA PALITO DE QUESO  Y VASITO DE FRUTA NARANJA FRESCA OPCIÓN DE LECHE	-16- MUFFIN INTEGRAL DE CEREZA O YOGURT Y FRUTA CON PAQUETE DE GRANOLA INTEGRAL U OPCIÓN DE KIT DE DESAYUNO  O BARRITA INTEGRAL DE CACAO Y CEREZA PALITO DE QUESO  -Y- VASITO DE PERA RODAJAS DE MANZANA FRESCA OPCIÓN DE LECHE	-17- ROLLO INTEGRAL DE CANELA O YOGURT Y FRUTA CON PAQUETE DE GRANOLA INTEGRAL U OPCIÓN DE KIT DE DESAYUNO  O PALITOS DE TOSTADA FRANCESA INTEGRALES  -Y- BANANA FRESCA JUGO 100% DE FRUTAS OPCIÓN DE LECHE

NOTA NUTRICIONAL: \*=Cerdo +=Pavo. Todas las comidas incluyen 1/2 vaso de leche. Los estudiantes pueden elegir leche descremada o leche fresca al 1% en el desayuno, y leche descremada, leche fresca al 1% o leche con chocolate sin grasa en el almuerzo. Todos los menús y formularios de necesidades dietéticas especiales están disponibles en 7 idiomas diferentes; se pueden encontrar en la página web del Departamento de Servicios de Nutrición de MPS en: [mpsme.com/nutrition](https://mpsme.com/nutrition) Menú sujeto a cambios.

**“Esta institución ofrece igualdad de oportunidades”.**

## MENÚ DE DESAYUNOS DE SECUNDARIA PARA ABRIL Continuación

<p style="text-align: center;">-20- SÁNDWICH INTEGRAL DE SALCHICHA DE CARNE DE DESAYUNO O YOGURT Y FRUTA CON PAQUETE DE GRANOLA INTEGRAL U OPCIÓN DE KIT DE DESAYUNO  O MUFFIN INTEGRAL DE ARÁNDANOS  -Y- VASITO DE FRUTA MIXTA RODAJAS DE MANZANA FRESCA OPCIÓN DE LECHE</p>	<p style="text-align: center;">-21- PALITOS DE TOSTADA FRANCESA INTEGRALES O YOGURT Y FRUTA CON PAQUETE DE GRANOLA INTEGRAL U OPCIÓN DE KIT DE DESAYUNO  O PAN DE BANANA INTEGRAL Y PALITO DE QUESO  -Y- JUGO 100% DE FRUTAS VASITO DE FRUTA OPCIÓN DE LECHE</p>	<p style="text-align: center;">-22- ROLLO INTEGRAL DE CANELA O YOGURT Y FRUTA CON PAQUETE DE GRANOLA INTEGRAL U OPCIÓN DE KIT DE DESAYUNO  O BARRITA INTEGRAL DE CACAO Y CEREZA PALITO DE QUESO  -Y- TAZÓN DE FRUTA FRESCA JUGO 100% DE FRUTAS OPCIÓN DE LECHE</p>	<p style="text-align: center;">-23- CALZONE INTEGRAL CON +SALCHICHA, HUEVO Y QUESO O YOGURT Y FRUTA CON PAQUETE DE GRANOLA INTEGRAL U OPCIÓN DE KIT DE DESAYUNO  O MUFFIN INTEGRAL GRANDE CON CHISPAS DE CHOCOLATE  -Y- VASITO DE PERA BANANA FRESCA OPCIÓN DE LECHE</p>	<p style="text-align: center;">-24- PANCAKE INTEGRAL POFFITZ YOGURT O PARFAIT DE YOGURT CON GRANOLA INTEGRAL O BARRITA INTEGRAL DE DESAYUNO CON CHISPAS DE CHOCOLATE U OPCIÓN DE KIT DE DESAYUNO  -Y- VASITO DE FRESA JUGO 100% DE FRUTAS OPCIÓN DE LECHE</p>
<p style="text-align: center;">-27- GALLETAS DE AVENA INTEGRALES SUAVES DE MANZANA Y CANELA con PALITO DE QUESO O YOGURT Y FRUTA CON PAQUETE DE GRANOLA INTEGRAL U OPCIÓN DE KIT DE DESAYUNO  O MUFFIN INTEGRAL GRANDE DE CEREZA  -Y- JUGO 100% DE FRUTAS NARANJA FRESCA OPCIÓN DE LECHE</p>	<p style="text-align: center;">-28- WAFFLE INTEGRAL DE CANELA O YOGURT Y FRUTA CON PAQUETE DE GRANOLA INTEGRAL O BARRITA INTEGRAL DE DESAYUNO CON CHISPAS DE CHOCOLATE U OPCIÓN DE KIT DE DESAYUNO  -Y- JUGO 100% DE PÓNCHÉ DE FRUTAS TAZÓN DE FRUTA FRESCA OPCIÓN DE LECHE</p>	<p style="text-align: center;">-29- SÁNDWICH INTEGRAL DE SALCHICHA DE CARNE DE DESAYUNO  YOGURT Y FRUTA CON PAQUETE DE GRANOLA INTEGRAL U OPCIÓN DE KIT DE DESAYUNO  O ROLLO INTEGRAL DE CANELA  -Y- VASITO DE FRUTA MIXTA TAZÓN DE FRUTA FRESCA OPCIÓN DE LECHE</p>	<p style="text-align: center;">-30- JORNADA DE DESARROLLO PROFESIONAL  (No asisten los estudiantes)</p>	

NOTA NUTRICIONAL: \*=Cerdo +=Pavo. Todas las comidas incluyen 1/2 vaso de leche. Los estudiantes pueden elegir leche descremada o leche fresca al 1% en el desayuno, y leche descremada, leche fresca al 1% o leche con chocolate sin grasa en el almuerzo. Todos los menús y formularios de necesidades dietéticas especiales están disponibles en 7 idiomas diferentes; se pueden encontrar en la página web del Departamento de Servicios de Nutrición de MPS en: [mpsmke.com/nutrition](http://mpsmke.com/nutrition) Menú sujeto a cambios.

**“Esta institución ofrece igualdad de oportunidades”.**