

MENÚ DE ALMUERZOS FRÍOS DE SECUNDARIA

Abril de 2026

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		-1- VACACIONES DE PRIMAVERA	-2- VACACIONES DE PRIMAVERA	-3- VACACIONES DE PRIMAVERA
-6- OPCIÓN DE: SÁNDWICH INTEGRAL GRANDE DE MANTEQUILLA DE MANÍ Y MERMELADA ADEREZO RANCH O WRAP INTEGRAL DE JAMÓN CON ADEREZO RANCH O WRAP INTEGRAL DE JAMÓN DE PAVO Y QUESO -Y- MINI ZANAHORIAS APIO ADEREZO RANCH VASITO DE FRUTA MIXTA MANZANA ENTERA FRESCA GALLETAS INTEGRALES DE CHOCOLATE BELLY BEAR OPCIÓN DE LECHE	-7- OPCIÓN DE: SÁNDWICH DE +PAVO Y QUESO EN PAN INTEGRAL TIPO SUB O WRAP INTEGRAL DE POLLO CÉSAR O ENSALADA DEL CHEF CON OPCIÓN DE ADEREZO PALITOS DE PAN INTEGRALES MANTEQUILLA -Y- HABAS CON ADEREZO BÚFALO RANCH NARANJA FRESCA VASITO DE COMPOTA DE MANZANA OPCIÓN DE LECHE	-8- OPCIÓN DE: WRAP INTEGRAL DE PAVO Y CHIPOTLE O SÁNDWICH DE +JAMÓN DE PAVO Y QUESO EN PAN INTEGRAL TIPO SUB O ENSALADA JARDINERA CON PALITOS DE PAN INTEGRALES MANTEQUILLA -Y- RODAJAS DE PEPINO ADEREZO RANCH / FRANCÉS VASITO DE DURAZNO TAZÓN DE FRUTA FRESCA OPCIÓN DE LECHE	-9- OPCIÓN DE: SÁNDWICH INTEGRAL GRANDE DE MANTEQUILLA DE MANÍ Y MERMELADA O YOGURT Y PALITO DE QUESO MUFFIN INTEGRAL DE ARÁNDANOS O WRAP INTEGRAL DE POLLO FLAM'EN -Y- BRÓCOLI FRESCO PALITOS DE JÍCAMA con TAJÍN BANANA VASITO DE FRESA BARRA INTEGRAL BROOKIE OPCIÓN DE LECHE	-10- OPCIÓN DE: SÁNDWICH INTEGRAL DE +SALAMI Y PASTRAMI DE PAVO EN PAN INTEGRAL TIPO SUB O ENSALADA DEL CHEF CON PALITOS DE PAN INTEGRALES MANTEQUILLA O SÁNDWICH INTEGRAL GRANDE DE MANTEQUILLA DE MANÍ Y MERMELADA -Y- ENSALADA JARDINERA CON ADEREZO RANCH / ITALIANO PEPINOS Y TOMATES CHERRI HABAS CON ADEREZO BÚFALO RANCH JUGO 100% DE FRUTAS TAZÓN DE FRUTA FRESCA OPCIÓN DE LECHE
-13- OPCIÓN DE: WRAP INTEGRAL DE PAVO Y CHIPOTLE O ENSALADA JARDINERA CON PALITOS DE PAN INTEGRALES MANTEQUILLA O SÁNDWICH DE +JAMÓN DE PAVO Y QUESO EN PAN INTEGRAL TIPO SUB -Y- TIRAS DE PIMIENTO ROJO FRESCO BRÓCOLI FRESCO ADEREZO RANCH VASITO DE CÓCTEL DE FRUTAS TAZÓN DE FRUTA FRESCA OPCIÓN DE LECHE	-14- OPCIÓN DE: SÁNDWICH INTEGRAL GRANDE DE MANTEQUILLA DE MANÍ Y MERMELADA ADEREZO RANCH O WRAP INTEGRAL DE JAMÓN CON ADEREZO RANCH O ENSALADA CÉSAR DE POLLO CON PALITOS DE PAN INTEGRALES MANTEQUILLA -Y- MINI ZANAHORIAS APIO ADEREZO RANCH / FRANCÉS VASITO DE FRUTA MIXTA MANZANA ENTERA FRESCA GALLETAS INTEGRALES DE CHOCOLATE BELLY BEAR OPCIÓN DE LECHE	-15- OPCIÓN DE: SÁNDWICH DE +PAVO Y QUESO EN PAN INTEGRAL TIPO SUB O WRAP INTEGRAL DE POLLO CÉSAR O ENSALADA DEL CHEF CON PALITOS DE PAN INTEGRALES MANTEQUILLA ADEREZO RANCH / ITALIANO -Y- HABAS CON ADEREZO BÚFALO RANCH NARANJA FRESCA VASITO DE COMPOTA DE MANZANA OPCIÓN DE LECHE	-16- OPCIÓN DE: WRAP INTEGRAL DE PAVO Y CHIPOTLE O SÁNDWICH DE +JAMÓN DE PAVO Y QUESO EN PAN INTEGRAL TIPO SUB O ENSALADA JARDINERA DE LECHUGA ROMANA CON PALITOS DE PAN INTEGRALES MANTEQUILLA -Y- RODAJAS DE PEPINO ADEREZO RANCH / ITALIANO VASITO DE DURAZNO TAZÓN DE FRUTA FRESCA OPCIÓN DE LECHE	-17- OPCIÓN DE: SÁNDWICH INTEGRAL GRANDE DE MANTEQUILLA DE MANÍ Y MERMELADA O YOGURT Y PALITO DE QUESO MUFFIN INTEGRAL DE ARÁNDANOS O WRAP INTEGRAL DE POLLO FLAM'EN -Y- BRÓCOLI FRESCO PALITOS DE JÍCAMA con TAJÍN BANANA VASITO DE FRESA BARRA INTEGRAL BROOKIE 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: mpsmke.com/nutrition Menú sujeto a cambios.

“Esta institución ofrece igualdad de oportunidades”.

MENÚ DE ALMUERZOS FRÍOS DE SECUNDARIA PARA ABRIL Continuación

<p style="text-align: center;">-20- OPCIÓN DE: SÁNDWICH DE +SALAMI Y PASTRAMI DE PAVO EN PAN INTEGRAL TIPO SUB O ENSALADA DEL CHEF CON PALITOS DE PAN INTEGRALES MANTEQUILLA O SÁNDWICH INTEGRAL GRANDE DE MANTEQUILLA DE MANÍ Y MERMELADA -Y- ENSALADA JARDINERA CON ADEREZO RANCH / FRANCÉS PEPINOS Y TOMATES CHERRI HABAS CON ADEREZO BÚFALO RANCH JUGO 100% DE FRUTAS TAZÓN DE FRUTA FRESCA OPCIÓN DE LECHE</p>	<p style="text-align: center;">-21- OPCIÓN DE: WRAP INTEGRAL DE PAVO Y CHIPOTLE O ENSALADA JARDINERA CON PALITOS DE PAN INTEGRALES MANTEQUILLA O SÁNDWICH DE +JAMÓN DE PAVO Y QUESO EN PAN INTEGRAL TIPO SUB -Y- TIRAS DE PIMIENTO ROJO FRESCO BRÓCOLI FRESCO ADEREZO RANCH / ITALIANO VASITO DE CÓCTEL DE FRUTAS TAZÓN DE FRUTA FRESCA OPCIÓN DE LECHE</p>	<p style="text-align: center;">-22- OPCIÓN DE: SÁNDWICH INTEGRAL GRANDE DE MANTEQUILLA DE MANÍ Y MERMELADA ADEREZO RANCH O WRAP INTEGRAL DE JAMÓN CON ADEREZO RANCH O ENSALADA CÉSAR DE POLLO CON PALITOS DE PAN INTEGRALES MANTEQUILLA -Y- MINI ZANAHORIAS APIO ADEREZO RANCH VASITO DE FRUTA MIXTA MANZANA ENTERA FRESCA GALLETAS INTEGRALES DE CHOCOLATE BELLY BEAR OPCIÓN DE LECHE</p>	<p style="text-align: center;">-23- OPCIÓN DE: SÁNDWICH DE +PAVO Y QUESO EN PAN INTEGRAL TIPO SUB O WRAP DE POLLO CÉSAR O ENSALADA DEL CHEF CON ADEREZO RANCH / ITALIANO PALITOS DE PAN INTEGRALES MANTEQUILLA -Y- HABAS CON ADEREZO BÚFALO RANCH NARANJA FRESCA VASITO DE COMPOTA DE MANZANA OPCIÓN DE LECHE</p>	<p style="text-align: center;">-24- OPCIÓN DE: WRAP DE PAVO Y CHIPOTLE O SÁNDWICH DE +JAMÓN DE PAVO Y QUESO EN PAN INTEGRAL TIPO SUB O ENSALADA JARDINERA CON PALITOS DE PAN INTEGRALES MANTEQUILLA -Y- RODAJAS DE PEPINO ADEREZO RANCH / FRANCÉS VASITO DE DURAZNO TAZÓN DE FRUTA FRESCA OPCIÓN DE LECHE</p>
<p style="text-align: center;">-27- OPCIÓN DE: SÁNDWICH INTEGRAL GRANDE DE MANTEQUILLA DE MANÍ Y MERMELADA O YOGURT Y PALITO DE QUESO MUFFIN INTEGRAL DE ARÁNDANOS O WRAP INTEGRAL DE POLLO FLAM'EN -Y- BRÓCOLI FRESCO PALITOS DE JÍCAMA con TAJÍN BANANA VASITO DE FRESA BARRA INTEGRAL BROOKIE OPCIÓN DE LECHE</p>	<p style="text-align: center;">-28- OPCIÓN DE: SÁNDWICH DE +SALAMI Y PASTRAMI DE PAVO EN PAN INTEGRAL TIPO SUB O ENSALADA DEL CHEF CON PALITOS DE PAN INTEGRALES MANTEQUILLA O SÁNDWICH INTEGRAL GRANDE DE MANTEQUILLA DE MANÍ Y MERMELADA -Y- ENSALADA JARDINERA CON PEPINOS Y TOMATES CHERRI HABAS CON ADEREZO BÚFALO RANCH JUGO 100% DE FRUTAS TAZÓN DE FRUTA FRESCA OPCIÓN DE LECHE</p>	<p style="text-align: center;">-29- OPCIÓN DE: WRAP INTEGRAL DE PAVO Y CHIPOTLE O ENSALADA JARDINERA CON PALITOS DE PAN INTEGRALES MANTEQUILLA O SÁNDWICH DE +JAMÓN DE PAVO Y QUESO EN PAN INTEGRAL TIPO SUB -Y- TIRAS DE PIMIENTO ROJO FRESCO BRÓCOLI FRESCO ADEREZO RANCH / FRANCÉS VASITO DE CÓCTEL DE FRUTAS 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 Menú sujeto a cambios.

“Esta institución ofrece igualdad de oportunidades”.