



OCTUBRE 2026

Menú de desayuno de la escuela secundaria del RCSD

RCSD es un empleador que ofrece igualdad de oportunidades. Los elementos del menú están sujetos a cambios en cualquier momento.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

			1	2
			Mini Panqueques de Arándano (V)	Mini bagel de fresa
5	6	7	8	9
Barra de chocolate con chispas de plátano	Wafles de maple con sándwich de salchicha de pollo	Pan plano para el desayuno con jamón de pavo, salchicha, queso y huevo	Palitos de tostada francesa	Galleta grande y redondas de desayuno
12	13	14	15	16
Día de los Pueblos Indígenas (Todos los edificios estarán cerrados)	Pizza de desayuno	Bagel con queso crema y mermelada	Waffles de Eggo Froot Loop (V)	Barra de granola de arándano y granada
19	20	21	22	23
Barra de manzana	Bagel de desayuno con huevos y salchicha de pavo	Barra Rellena de Cinnamon Toast Crunch (V)	Snack'n Waffles con mantequilla y maple (V)	Galleta grande y redondas de desayuno
26	27	28	29	30
Barra de avena, manzana y canela	Envoltura de salchicha de pavo, huevo y queso para el desayuno	Pan relleno de huevo y queso	Mini Panqueques de Arándano (V)	Mini bagel de fresa

(V) = Vegetariano. Alimento que no contiene carne, pero podría contener productos lácteos y huevos.

(VG) = A base de plantas. Alimento que excluye todos los productos de origen animal.

Alimentos ofrecidos diariamente:

Opciones de leche: descremada, blanca al 1%, chocolate sin grasa.

Sándwich de mantequilla de garbanzo y mermelada. cereales integrales variados

Fruta

La información sobre alergias está disponible previa solicitud