BREAKFAST

DICIEMBRE DE 2026

Northern Lehigh School District

WG = Grano integral

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
	1 Tartaletas (Pop-Tarts) de grano integral Galletas tipo «graham» Fruta variada Jugo de fruta Leche baja en grasa o sin grasa	2 Mini panqueques (de grano integral) Fruta variada Jugo de frutas Leche baja en grasa o sin grasa Pastelitos tipo «Pop-Tarts» Galletas tipo «Graham» Fruta variada Jugo de frutas Leche baja en grasa o sin grasa	3 Croissant de jamón y queso (pan integral) Fruta variada Zumo de frutas Leche baja en grasa o sin grasa	4 Rollo de canela (hecho con grano integral) Fruta variada Jugo de fruta Leche baja en grasa o sin grasa
7 Dona de grano integral Fruta variada Jugo de fruta Leche baja en grasa o sin grasa	8 Bocaditos de bagel (bagel bites) de canela y queso crema (elaborados con cereales integrales) Fruta variada Jugo de frutas Leche baja en grasa o sin grasa	9 Batidos de frutas Arándano o plátano Panecillo (mini) Fruta variada Zumo de frutas Leche baja en grasa o sin grasa	10 Sándwich de desayuno con panqueque (de grano integral), huevo y queso Fruta variada Jugo de fruta Leche baja en grasa o sin grasa	Día de formación docente 11
¡Día Nacional del Chocolate Caliente! 14 Muffin de grano integral Fruta variada Jugo de frutas Leche baja en grasa o sin grasa Chocolate caliente (se sirve solo en la escuela intermedia y la escuela secundaria)	15 Bagel integral con queso crema Fruta variada Jugo de fruta Leche baja en grasa o sin grasa	16 Mini tostadas francesas (de grano integral) Fruta variada Jugo de frutas Leche baja en grasa o sin grasa	17 Bocaditos de huevo revuelto y salchicha de pavo Fruta variada Jugo de frutas Leche baja en grasa o sin grasa	18 Barrita de cereal Cinnamon Toast Crunch (grano integral) Fruta variada Jugo de fruta Leche baja en grasa o sin grasa
NO HAY CLASES 21	NO HAY CLASES 22	NO HAY CLASES 23	NO HAY CLASES 24	NO HAY CLASES 25
NO HAY CLASES 28	NO HAY CLASES 29	NO HAY CLASES 30	NO HAY CLASES 31	

VACACIONES DE INVIERNO!!

Todos los días se ofrecen yogur y cereales como opciones alternativas para el desayuno.

WG = Grano integral