

DICIEMBRE

DESAYUNO

LUN	MAR	MIÉ	JUE	VIE
<p>Opciones alternativas de desayuno Cereales Cinnamon Toast Crunch Cheerios o Frosted Flakes y galletas Goldfish Grahams, o yogur Dannon cremoso de frambuesa o yogur de cereza y galletas Goldfish Grahams</p>	<p>Opciones alternativas de desayuno Cereales Trix, Cocoa Puffs o Mini Wheats y galletas Goldfish Grahams, o batido Dannon de mango y galletas Goldfish Grahams,</p>	<p>Opciones alternativas de desayuno Cereales Cinnamon Toast Crunch Cheerios o Frosted Flakes y galletas Goldfish Grahams, o yogur Dannon cremoso de frambuesa o yogur de cereza y galletas Goldfish Grahams</p>	<p>Opciones alternativas de desayuno Cereales Trix, Cocoa Puffs o Mini Trix, Cocoa Puffs o Mini Wheats y galletas Goldfish Grahams, o batido Dannon de fresa y galletas Goldfish Grahams</p>	<p>Opciones alternativas de desayuno Cereales Cinnamon Toast Crunch, Cheerios o Frosted Flakes y galletas Goldfish Grahams, o yogur Dannon de frambuesa o cereza y galletas Goldfish Grahams</p>

Los martes y jueves, los cafés con especias de calabaza son **GRATIS** para los estudiantes de secundaria que reciben un desayuno completo.

<p>28</p> <p>Minipanquecas con arándanos Manzana local Jugo de naranja 100% natural Leche descremada sola o con chocolate</p>	<p>29</p> <p>Barra Hadley Farms de frambuesa y queso crema Naranja fresca Jugo de naranja 100% natural Leche descremada sola o con chocolate</p>	<p>30</p> <p>Bocados para desayuno con glaseado Manzana local Jugo de naranja 100% natural Leche descremada sola o con chocolate</p>	<p>1</p> <p>Barritas de tostada francesa Naranja fresca Jugo de naranja 100% natural Leche descremada sola o con chocolate</p>	<p>2</p> <p>Rollo de canela Hadley Farms Manzana local Jugo de naranja 100% natural Leche descremada sola o con chocolate</p>
<p>5</p> <p>Minipanquecas con fresas Manzana local Jugo de naranja 100% natural Leche descremada sola o con chocolate</p>	<p>6</p> <p>Bagel de desayuno Tony's de mozzarella y huevo Naranja fresca Jugo de naranja 100% natural Leche descremada sola o con chocolate</p>	<p>7</p> <p>Pan de calabaza Manzana local Jugo de naranja 100% natural Leche descremada sola o con chocolate</p>	<p>8</p> <p>Minitostadas francesas Eggo Bites con chispas de chocolate Naranja fresca Jugo de naranja 100% natural Leche descremada sola o con chocolate</p>	<p>9</p> <p>Barra de canela Hadley Farms Manzana local Jugo de naranja 100% natural Leche descremada sola o con chocolate</p>
<p>12</p> <p>Minipanquecas con jarabe de arce Manzana local Jugo de naranja 100% natural Leche descremada sola o con chocolate</p>	<p>13</p> <p>Bolsillo de jamón de pavo y queso Naranja fresca Jugo de naranja 100% natural Leche descremada sola o con chocolate</p>	<p>14</p> <p>Pastel de miga con chispas de chocolate Manzana local Jugo de naranja 100% natural Leche descremada sola o con chocolate</p>	<p>15</p> <p>Tostada Texas de manzana y canela Naranja fresca Jugo de naranja 100% natural Leche descremada sola o con chocolate</p>	<p>16</p> <p>Burrito para desayuno estilo Southwest Manzana local Jugo de naranja 100% natural Leche descremada sola o con chocolate</p>

DICIEMBRE

ALMUERZO DE ESCUELA PRIMARIA

LUN	MAR	MIÉ	JUE	VIE
<p>Comida principal alternativa Sándwich de mantequilla de cacahuete y gelatina Smucker's Uncrustable, queso en tiras de mozzarella y pretzels Goldfish o miniperritos de maíz</p>	<p>Comida principal alternativa Bandeja variada con pavo, bolitas de pollo rebozado crujiente o alitas picantes sin hueso Tyson</p>	<p>Comida principal alternativa Ensalada cobb con pretzel blando o hamburguesa con queso a la brasa</p>	<p>Comida principal alternativa Sándwich de pavo, sándwich de pollo crujiente Tyson o sándwich de pollo picante Tyson</p>	<p>Comida principal alternativa Sándwich de mantequilla de cacahuete y jalea Smucker's Uncrustables con yogur y granola, pedazo de pizza de queso o pedazo de pizza de pavo y pepperoni</p>
<p>28 Burrito de taco de carne de res y queso Maíz dulce dorado, apio crujiente, vaso con puré de manzana frío, naranja fresca</p>	<p>29 Taco blando de carne y queso Salsa de miel y manzana local Frijoles negros Bush's, apio crujiente, vaso con fresas, manzana local</p>	<p>30 Muffin de pollo estilo casero Tyson con pan de maíz dulce Bolitas de papa doradas al horno, apio crujiente, vaso con melocotones, naranja fresca</p>	<p>1 Perro caliente tipo Coney de Cincinnati Galletas tipo ostra Judías verdes cocinadas al estilo sureño, apio crujiente, vaso con frutos rojos mixtos, manzana local</p>	<p>2 Sándwich de queso fundido Sopa cremosa de tomate, apio crujiente, rodajas de manzana, naranja fresca</p>
<p>5 Tiras de pollo rebozadas con Waffle Eggoji de Kellogg Papas fritas onduladas crujientes, guisantes dulces, vaso con puré de manzana fría, uvas rojas frescas</p>	<p>6 Calzone de pepperoni con carne de res dividida Guisantes verdes, guisantes dulces, vaso con fresas, uvas rojas frescas</p>	<p>7 Pollo a la mandarina y arroz de grano largo Yang's Cabezuelas de brócoli al vapor, guisantes dulces, vaso con albaricoques, uvas rojas frescas</p>	<p>8 Espaguete con chili de Cincinnati Galletas tipo ostra Vegetales mixtos, guisantes dulces, vaso con frutos rojos mixtos, uvas rojas frescas</p>	<p>9 Espaguete con chili de Cincinnati Galletas tipo ostra Judías verdes cocinadas al estilo sureño, guisantes dulces, rodajas de manzana, manzana local</p>
<p>12 PizzaBoli relleno de queso mozzarella Vegetales mixtos, zanahorias arcoíris, vaso con puré de manzana fría, clementinas frescas</p>	<p>13 Nachos con carne de res y queso con fritos de tortillas Tostitos Frijoles negros Bush's, zanahorias arcoíris, vaso con fresas, clementinas frescas</p>	<p>14 Bocadillos de pollo Gold Kist Puré de papa crujiente en forma de emoji, zanahorias arcoíris asadas al horno, vaso con melocotones, clementinas frescas</p>	<p>15 Perro caliente tipo Coney de Cincinnati Galletas tipo ostra Monedas de zanahoria, zanahorias arcoíris, aguanieve de frutos rojos helados alegres, clementinas frescas</p>	<p>16 Burrito de frijoles y queso Los Cabos Maíz dorado dulce, zanahorias arcoíris, pasas de arándano, clementinas frescas</p>

Cada almuerzo incluye un plato principal, dos frutas, dos verduras y leche. • El menú está sujeto a cambios. • Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.

La leche y las ensaladas se ofrecen diariamente con todos los almuerzos. • La barra de aderezos de vegetales frescos está disponible todos los días con estación de legumbres y especias para personalizar las comidas.

DICIEMBRE

ALMUERZO DE ESCUELA SECUNDARIA

LUN	MAR	MIÉ	JUE	VIE
Comida principal alternativa Plato principal de ensalada de pechuga de pavo y queso cheddar, sándwich tipo club, sándwich de pollo crujiente picante Tyson, pizza Wild Mike's ¡y mucho más!	Comida principal alternativa Plato principal de ensalada cobb, sándwich de mantequilla de cacahuete y jalea doble de Smucker's Uncrustables, tiras de pollo rebozadas y Waffle Eggoji de Kellogg's, hamburguesas ¡y mucho más!	Comida principal alternativa Plato principal de ensalada de taco y fritos de tortilla Tostitos, parfait de frutas y yogur, pizza Wild Mike's ¡y mucho más!	Comida principal alternativa Ensalada de pollo picante de búfalo, sándwich de mantequilla de cacahuete y jalea doble de Smucker's Uncrustables, alitas sin hueso picantes de Tyson y panecillos integrales suaves, hamburguesas ¡y mucho más!	Comida principal alternativa Plato principal de ensalada con tocino, lechuga y tomate, burrito de pollo picante de búfalo, sándwich de pollo crujiente de Tyson, pizza Wild Mike's ¡y mucho más!
Frutas y vegetales Puré de manzana frío, patatas fritas onduladas crujientes, monedas de zanahoria	Frutas y vegetales Vaso con fresas, cabezuelas de brócoli al vapor, maíz dorado dulce	Frutas y vegetales Vaso con melocotones, trozos de camote sazonados, apio crujiente	Frutas y vegetales Vaso con frutos rojos mixtos, bolitas de papa doradas al horno, judías verdes al estilo sureño	Frutas y vegetales Rodajas de manzana, sopa de verduras Frisch's, verduras cocinadas al estilo sureño

Elige una comida completa de nuestra fila para servir y podrás comprar un Uncrustable de Smucker's por solo \$1,00.

28 Sándwich tipo Philly con tiras de carne Apio crujiente Naranja fresca • manzana local	29 CONSTRUYE TU PROPIA BARRA DE BURRITOS Burrito de carne de res y queso, burrito de frijoles negros y queso Bush's • nachos de carne de res y queso y apio crujiente Naranja fresca • manzana local	30 MIÉRCOLES DE ALITAS Alitas de pollo con hueso Tyson Vasito de salsa barbacoa o búfalo Muffin de pan de maíz dulce Apio crujiente Naranja fresca • manzana local	1 BARRA DE CHILI CINCINNATI Coney de 3, 4, o 5 ingredientes extras • de queso Galletas tipo ostra Apio crujiente Naranja fresca • manzana local	2 Palitos de mozzarella rebozados y minirravoli de queso con vasito de salsa marinera apio crujiente Naranja fresca • manzana local
5 Chili de carne deshebrada de Los Cabos Burrito tipo Colorado Guisantes dulces Uvas rojas frescas	6 BARRA DE PASTA ITALIANA Penne con albóndigas de pollo en salsa marinera o alfredo Guisantes dulces Uvas rojas frescas	7 MIÉRCOLES DE ALITAS Alitas de pollo con hueso Tyson Vasito de salsa barbacoa o búfalo Muffin de pan de maíz dulce Guisantes dulces Uvas rojas frescas	8 BARRA ASIÁTICA Pollo a la mandarina Yangs • pollo teriyaki a la barbacoa Yangs • albóndigas asiáticas Galleta de la fortuna Guisantes dulces Uvas rojas frescas	9 Sándwich de queso fundido Sopa cremosa de tomate Guisantes dulces Uvas rojas frescas
12 Sándwich tipo Philly con tiras de carne Zanahorias arcoíris Clementinas frescas	13 CONSTRUYE TU PROPIA BARRA DE BURRITOS Burrito de carne de res y queso, burrito de frijoles negros y queso Bush's o nachos de carne de res y queso Zanahorias arcoíris Clementinas frescas	14 MIÉRCOLES DE ALITAS Alitas de pollo con hueso Tyson Vasito de salsa barbacoa o búfalo Muffin de pan de maíz dulce Zanahorias arcoíris asadas Clementinas frescas	15 BARRA DE CHILI CINCINNATI Coney de 3, 4, o 5 ingredientes extras • de queso Galletas tipo ostra Zanahorias arcoíris Clementinas frescas Bebida helada de frutos rojos Jolly	16 Palitos de mozzarella rebozados y minirravoli de queso con un vasito de salsa marinera Zanahorias arcoíris Clementinas frescas

Cada almuerzo incluye un plato principal, dos frutas, dos verduras y leche. • El menú está sujeto a cambios. • Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.

La leche y las ensaladas se ofrecen diariamente con todos los almuerzos. • La barra de aderezos de vegetales frescos está disponible todos los días con estación de legumbres y especias para personalizar las comidas.