




ENERO

DESAYUNO DE LA ESCUELA PRIMARIA



LU	MA	MI	JU	VI
OPCIONES ALTERNATIVAS DE DESAYUNO				
Cereal Cinnamon Toast Crunch, Cheerios o Frosted Flakes y galletas Goldfish Grahams o yogur cremoso de frambuesa o de cereza Dannon y galletas Goldfish Grahams, o palitos Toni's Mozzarella y un bagel con huevo	Cereal Trix, Cocoa Puffs o Mini Wheats y galletas Goldfish Grahams, o batido de mango Dannon y galletas Goldfish Grahams o un burrito para desayuno estilo Southwest	Cereal Cinnamon Toast Crunch, Cheerios o Frosted Flakes y galletas Goldfish Grahams, o yogur cremoso de frambuesa o de cereza Dannon y galletas Goldfish Grahams, o rollito de jamón de pavo y queso para el desayuno	Cereal Trix, Cocoa Puffs o Mini Wheats y galletas Goldfish Grahams o batido de fresa Dannon y galletas Goldfish Grahams o un sándwich de waffles con salchichas de pollo y jarabe de arce	Cereal Cinnamon Toast Crunch, Cheerios o Frosted Flakes y galletas Goldfish Grahams, o yogur cremoso de frambuesa o de cereza Dannon y galletas Goldfish Grahams, o barritas de tostadas francesas
MENÚ DIARIO				
2 	3 *Crunchmania Cinnamon Grahams Naranja fresca Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate	4 Avena con banana y chispas de chocolate Manzana de la localidad Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate	5 Rollo de canela Hadley Farms Naranja fresca Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate	6 Tostada de canela rellena Manzana de la localidad Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate
9 Minipanquecas de fresa Manzana de la localidad Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate	10 Pan de calabaza Naranja fresca Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate	11 Bocados glaseados para el desayuno Manzana de la localidad Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate	12 Pastel de miga con chispas de chocolate Naranja fresca Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate	13 Tostada texana con canela y manzana Manzana de la localidad Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate
16 	17 Crunchmania Cinnamon Grahams Naranja fresca Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate	18 Avena con banana y chispas de chocolate Manzana de la localidad Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate	19 Rollo de canela Hadley Farms Naranja fresca Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate	20 Tostada de canela rellena Manzana de la localidad Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate
23 Minipanquecas de arándanos Manzana de la localidad Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate	24 Pan de calabaza Naranja fresca Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate	25 Bocados glaseados para el desayuno Manzana de la localidad Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate	26 Pastel de miga con chispas de chocolate Naranja fresca Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate	27 

*El 3 de diciembre, los cereales y los productos Crunchmania serán las únicas comidas principales debido a problemas con la cadena de suministro. Para ver el menú actualizado, los alérgenos alimentarios y la información nutricional, visite schoolcafe.com/CINCINNATIPUBLICSCHOOLS. Cada desayuno incluye una comida principal, fruta, jugo y leche. • El menú está sujeto a cambios. • Esta es una institución que ofrece igualdad de oportunidades.



ENERO

DESAYUNO DE LA ESCUELA SECUNDARIA



LU

MA

MI

JU

VI

OPCIONES DIARIAS LISTAS PARA LLEVAR

Variedad de panes dulces para el desayuno • Tazones de cereales • Galletas Crunchmania Grahams • Palitos de mozzarella • Panificados para el desayuno • Batidos • Yogur Dannon

MENÚ DIARIO

<p>2</p> 	<p>3</p> <p>*Cereal o Crunchmania Naranja fresca Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate</p>	<p>4</p> <p>Empanadilla de jamón de pavo y queso Manzana de la localidad Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate</p>	<p>5</p> <p>Sándwich de waffles con salchichas de pollo y jarabe de arce Naranja fresca Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate</p>	<p>6</p> <p>Barritas de tostadas francesas Manzana de la localidad Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate</p>
<p>9</p> <p>Palitos Toni's Mozzarella y bagel con huevo Manzana de la localidad Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate</p>	<p>10</p> <p>Burrito para desayuno estilo Southwest Naranja fresca Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate</p>	<p>11</p> <p>Empanadilla de jamón de pavo y queso Manzana de la localidad Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate</p>	<p>12</p> <p>Sándwich de waffles con salchichas de pollo y jarabe de arce Naranja fresca Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate</p>	<p>13</p> <p>Barritas de tostadas francesas Manzana de la localidad Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate</p>
<p>16</p> 	<p>17</p> <p>Burrito para desayuno estilo Southwest Naranja fresca Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate</p>	<p>18</p> <p>Empanadilla de jamón de pavo y queso Manzana de la localidad Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate</p>	<p>19</p> <p>Sándwich de waffles con salchichas de pollo y jarabe de arce Naranja fresca Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate</p>	<p>20</p> <p>Barritas de tostadas francesas Manzana de la localidad Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate</p>
<p>23</p> <p>Palitos Toni's Mozzarella y bagel con huevo Manzana de la localidad Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate</p>	<p>24</p> <p>Burrito para desayuno estilo Southwest Naranja fresca Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate</p>	<p>25</p> <p>Empanadilla de jamón de pavo y queso Manzana de la localidad Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate</p>	<p>26</p> <p>Sándwich de waffles con salchichas de pollo y jarabe de arce Naranja fresca Jugo de naranja 100 % puro Leche descremada sola o con chocolate</p>	<p>27</p> 

Los martes y jueves, los estudiantes podrán recibir un café moca con menta GRATIS si seleccionan un desayuno completo.




*El 3 de diciembre, los cereales y los productos Crunchmania serán las únicas comidas principales debido a problemas con la cadena de suministro. Para ver el menú actualizado, los alérgenos alimentarios y la información nutricional, visite schoolcafe.com/CINCINNATIPUBLICSCHOOLS. Cada desayuno incluye una comida principal, fruta, jugo y leche. • El menú está sujeto a cambios. • Esta es una institución que ofrece igualdad de oportunidades.



ENERO

ALMUERZO DE LA ESCUELA PRIMARIA

2023

LU	MA	MI	JU	VI
OPCIONES ALTERNATIVAS DE COMIDA PRINCIPAL				
Sándwich Smucker's Uncrustables con palitos de mozzarella y prézcles Goldfish o minisalchicha empanizada	Bandeja variada con pavo, bocados de pollo rebozado crocante o alitas deshuesadas picantes Tyson	Entrada de ensalada Cobb con prézcel blando o hamburguesa con queso asada	Sándwich Turkey Club, sándwich de pollo crocante Tyson o sándwich de pollo picante Tyson	Sándwich Smucker's Uncrustables con yogur y granola o pizza
MENÚ DIARIO				
2 	3 Calzone de pepperoni y carne en mitades Vegetales mixtos, batido frío con vegetales y cerezas combinados, vaso con fresas y vaso con puré de manzana	4 Pata de pollo estilo casero Tyson con muffin de harina de maíz dulce Rebanadas de papas asadas doradas, vaso con melocotón y pasas de uva	5 Perro caliente con queso y chile con carne Frijoles negros cocidos al estilo sureño, vaso con frutos rojos mixtos y arándanos rojos deshidratados	6 Sándwich tostado con queso asado Sopa de crema de tomate, rebanadas de manzana y jugo fresco de naranja
9 Tiras de pollo rebozadas y waffles Kellogg's Eggoji Papas fritas onduladas crujientes y vaso con puré de manzana frío	10 Miniperritos calientes y macarrones con queso cremosos Cuñas de camote y vaso con fresas	11 Pollo a la naranja estilo chino Yangs y arroz de grano largo Porotos verdes, vaso con damascos	12 Espagueti con chile estilo Cincinnati y galletas saladas de ostra Mezcla de verduras de campo, vaso con mezcla de frutos del bosque	13 Palitos de mozzarella empanados y miniravioles de queso Porotos verdes cocinados al estilo sureño, rebanadas de manzana
16 	17 Nachos con carne y queso con chips de tortilla Tostitos Porotos negros Bush's Taco Fiesta, vaso con fresas	18 Pata de pollo estilo casero Tyson con muffin de harina de maíz dulce Frituras de puré de papas en forma de emoji, vaso con pera	19 Perro caliente con queso al estilo Cincinnati con galletas saladas de ostra Rebanadas de zanahoria, vaso con mezcla de frutos del bosque	20 Porotos Los Cabos y burrito de queso Maíz dulce, rebanadas de manzana
23 Estofado Rollo blando integral Puré de papas al estilo casero, vaso con puré de manzana frío	24 Taco blando con carne y queso Salsa de manzana y miel local Porotos negros Bush's Taco Fiesta, vaso con fresas	25 Pollo teriyaki BBQ Yangs y arroz de grano largo Brócoli al vapor, vaso con damascos	26 Espagueti con chile estilo Cincinnati y galletas saladas de ostra Mezcla de verduras, vaso con mezcla de frutos del bosque	27 



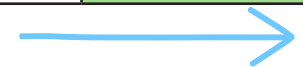
FRUTAS Y VERDURAS FRESCAS DE LA SEMANA

**Brócoli
Toronja**

**Brotos de espinaca
Pera**

**Palitos de camote de la localidad
Kiwi**





Para ver el menú más actualizado, los alérgenos alimentarios y la información nutricional, visite schoolcafe.com/CINCINNATIPUBLICSCHOOLS
Cada desayuno incluye una comida principal, dos frutas, dos vegetales y leche. • El menú está sujeto a cambios. • Esta es una institución que ofrece igualdad de oportunidades.



ENERO

ALMUERZO DE LA ESCUELA SECUNDARIA

2023

LU	MA	MI	JU	VI		
OPCIONES ALTERNATIVAS DE COMIDA PRINCIPAL					 <p>¡Elige una comida completa en nuestra línea de servicio y podrás comprar un sándwich Smucker's Uncrustables por tan solo \$1.00!</p>	
Pechuga de pavo y entrada de ensalada con queso cheddar, sándwich club, sándwich de pollo picante Tyson o pizza Wild Mike's	Entrada de ensalada Cobb, sándwich doble Smucker's Uncrustables, tiras de pollo empanado y waffle Kellogg's Eggoji o burritos	Ensalada para tacos y chips Tostitos, fruta y parfait de yogur o alitas de pollo Tyson	Ensalada de pollo con salsa búfalo picante, doble sándwich Smucker's Uncrustables, muslo de pollo empanado crocante, espagueti con chili estilo Cincinnati con 3 ingredientes o perro caliente de Coney con queso	Ensalada BLT, rol de pollo picante con salsa búfalo, sándwich de pollo crocante Tyson o pizza Wild Mike's		FRUTAS Y VERDURAS FRESCAS DE LA SEMANA
FRUTAS Y VERDURAS						
Puré de manzanas frío Papas fritas onduladas crujientes Rodajas de zanahoria	Vaso con fresas Brócoli al vapor Maíz dulce	Vaso con melocotón Cuñas de camote condimentado Apio crujiente	Vaso con mezcla de frutos del bosque Rodajas de papas horneadas Porotos verdes cocinados al estilo sureño	Rebanadas de manzana Sopa de vegetales Frisch's Vegetales cocidos al estilo sureño		
MENÚ DIARIO						
2 	3 Salsa de chile dulce o dumplings asiáticos General Tso	4 Pizza con queso o pepperoni	5 Pollo a la naranja estilo chino Yangs y arroz de grano largo	6 Abadejo de Alaska crujiente y sándwich de queso Viernes de peticiones: Doritos		
9 Burrito de chili con carne de res rallada Los Cabos	10 Pasta penne con albóndigas de pollo y salsa Alfredo	11 Pizza con queso o pepperoni	12 Pollo teriyaki BBQ Yangs y arroz de grano largo	13 Ciabatta con queso Pepper Jack derretido Viernes de peticiones: galletas de arroz con caramelo	Brócoli Toronja	
16 	17 Salsa de chile dulce o dumplings asiáticos del General Tso	18 Pizza con queso o pepperoni	19 Pollo a la naranja estilo chino Yangs y arroz de grano largo	20 Abadejo de Alaska crujiente y sándwich de queso Viernes de peticiones: pasas de uva sabor sandía Sun-Maid	Brotos de espinaca Pera	
23 Burrito con chili y carne de res rallada Los Cabos	24 Pasta penne con albóndigas de pollo y salsa Alfredo	25 Pizza con queso o pepperoni	26 Pollo teriyaki BBQ Yangs y arroz de grano largo	27 	Palitos de camote de la localidad Kiwi	



Para ver el menú más actualizado, los alérgenos alimentarios y la información nutricional, visite schoolcafe.com/CINCINNATIPUBLICSCHOOLS
Cada desayuno incluye una comida principal, dos frutas, dos vegetales y leche. • El menú está sujeto a cambios. • Esta es una institución que ofrece igualdad de oportunidades.

