

MARCH 2023

LUNCH (SPANISH)

SEMANA DE LECTURA A TRAVÉS DEL MUNDO --- DEL 27 DE FEBRERO AL 3 DE MARZO DE 2023

 K-8 Grades "This institution is an equal opportunity provider." 		Una alimentación saludable no se trata de seguir dietas estrictas o privarse de los alimentos que le gustan. Más bien, se trata de comer una variedad equilibrada de alimentos que lo ayuden a sentirse bien, tener más energía, mejorar su perspectiva y ayudarlo a lograr y mantener un peso saludable. Los menús están sujetos a cambios según la disponibilidad del producto.		
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Opciones de leche diarias: Blanca baja en grasa, blanca sin grasa o chocolate sin grasa Plato principal alternativo: Ensalada del chef o mantequilla de mani y mermelada sin corteza con palitos de queso y galletas saladas ---todos los platos principales con la opción de vegetales y/o frutas. Precio de la comida para adultos: \$4.81		Celebrando África 1 Pollo Guisado Arroz Jollof Ensalada de col Pan de maíz dulce Copa de Frutas Frescas Surtidas Fruta fresca	Celebrando América Latina 2 tacos de res o pollo Arroz Mexicano Frijoles negros plátanos dulces Copa de Frutas Frescas Surtidas Fruta Fresca Surtida	Celebrando a los nativos americanos 3 Pollo con palomitas de maíz agri dulce Maíz Frito Indio Rollo de canela Verduras asadas Moras frescas Copa de Frutas Frescas Surtidas Fruta Fresca Surtida
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
6 Espaguetis con Salsa de Carne Palitos de pan de ajo Frijoles pintos Zanahorias Baby con Taza Ranch Copa de fruta fría Fruta Fresca Surtida	7 Perro caliente con chile Papas fritas sazonadas Maíz en la mazorca Copa de fruta fría Fruta Fresca Surtida	8 Pileau De Pollo Rollo de levadura guisantes de campo Brócoli cocido al vapor Copa de fruta fría Fruta Fresca Surtida	9 Beef-A-Roni Rollo de canela Ensalada Romana Corta frijoles verdes Copa de fruta fría Fruta Fresca Surtida	10 Cerdo a la barbacoa en panecillo WG Maíz de Mexicali Copa de fruta fría Fruta Fresca Surtida
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
13 Hamburguesa con queso en pan WG Frijoles Horneados Manzana crujiente Copa de fruta fría Fruta Fresca Surtida	14 Pollo a la mandarina Tazón de arroz integral Palitos de pan de ajo Frijoles pintos Copa de fruta fría Fruta Fresca Surtida	15 Sándwich de pollo en pan WG Papas fritas al horno sazonadas Maíz de Grano Entero Compañero Fruta Fresca Surtida	dieciséis Perro caliente con chile Tots de patata dulce Floretes de brócoli con copa Ranch Copa de fruta fría Fruta Fresca Surtida	17 Día de trabajo del maestro No hay escuela para estudiantes
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
20 Espaguetis con Salsa de Carne Palitos de pan de ajo Frijoles pintos Zanahorias Baby con Taza Ranch Copa de fruta fría Fruta Fresca Surtida	21 Perro caliente con chile Papas fritas sazonadas Maíz en la mazorca Copa de fruta fría Fruta Fresca Surtida	22 Pollo A La Barbacoa Arroz integral sazonado Col rizada Copa de fruta fría Fruta Fresca Surtida	23 Beef-A-Roni Rollo de canela Ensalada Romana Corta frijoles verdes Copa de fruta fría Fruta Fresca Surtida	24 Súper Taco de Fajita de Pollo o Res Maíz de Mexicali Copa de fruta fría Fruta Fresca Surtida
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
27 Hamburguesa con queso en pan WG Frijoles Horneados Manzana crujiente Copa de fruta fría Fruta Fresca Surtida	28 Nuggets De Pollo Con Salsa Para Acompañar Palitos de pan de ajo Frijoles pintos Copa de fruta fría Fruta Fresca Surtida	29 Sándwich de pollo en pan WG Papas fritas al horno sazonadas Maíz de Grano Entero Compañero Fruta Fresca Surtida	30 Nuggets de perro de maíz Tots de patata dulce Floretes de brócoli con copa Ranch Copa de fruta fría Fruta Fresca Surtida	31 Sándwich Deli en Pan WG zanahorias al vapor Copa de fruta fría Fruta Fresca Surtida