



Preguntas sobre Servicios de Nutrición llame a: 303-853-7929

# Noviembre 2018 *Desayuno* Almuerzo

**LAHS**



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			1 Empanada, Sándwich de Desayuno o Cereal, Naranja, Jugo  Tazón con Puré de Papa y Carne Rebanada	2 Selección del Chef, o Sándwich de Crema de Maní y Mermelada, Manzana Rebanada, Naranjas  Hot Dog c/Papas Fritas en Gajos
5 Mini Pan Francés o Cereal, Tazón con Duraznos, Jugo  Pierna de Pollo Asado al Horno c/Puré de Papas, Salsa y Panecillo	6 Burritos de Desayuno o Cereal, Manzana Rebanada, Jugo  Pasta Al Horno	7 Pan de Desayuno o Cereal, Plantanos y Jugo  Pollo y Waffles	8 Yogurt con Fruta Parfait o Cereal, Tazón con Durazno, Jugo  Tazón con Tacos de Carnitas con Arroz c/Cilantro-Limón	9 Pizza de Desayuno o Cereal, Manzana Rebanada, Plantanos  Pollo a la Naranja c/Arroz Frito
12 <b>No Hay Clases</b>	13 Quesadilla de Desayuno o Cereal, Manzana Rebanada, Jugo  Ravioles con Queso c/Palitos de Pan	14 Pastelito o Cereal, Banana y Jugo  Cena de Pavo de Acción de Gracias	15 Mini Roles de Canela o Cereal, Tazón con Duraznos, Jugo  Sándwich de Jamón con queso Caliente en Pan de Pretzel	16 Sándwich de Desayuno o Cereal, Manzana Rebanada, Plantanos  Chile con Carne c/Panecillos con Queso
19 Mini Pan Francés o Cereal, Tazón con Duraznos, Jugo  Trozos de Pollo Empanizado c/Puré de Papa y Palitos de Pan	20 Burrito de Desayuno o Cereal, Manzana Rebanada, Jugo  Tacos de Carne Suavecitos c/Frijoles Refritos	21 <b>No Hay Clases</b>	22 <b>No Hay Clases</b>	23 <b>No Hay Clases</b>
26 Mini Waffles o Cereal, Tazón con Duraznos, Jugo  Pollo Alfredo al Horno	27 Quesadilla de Desayuno o Cereal, Manzana Rebanada, Jugo  Trocitos de Pollo Empanizado y Ensalada de Repollo c/Panecillo	28 Pastelito o Cereal, Banana y Jugo  Comida de Egg Roll c/Fideo Asiático	29 Mini Roles de Canela o Cereal, Tazón con Duraznos, Jugo  Pasta con Queso y Chile Verde c/Palitos de Pan	30 Sándwich de Desayuno o Cereal, Manzana Rebanada, Plantanos  Cena de Enchiladas Tradicionales c/Arroz y Frijoles
Hamburguesa c/Queso, Sándwich de Pollo, Papas Fritas  Pizza con Queso, Salchicha y Jalapeño, Salsa Marinara	Hamburguesa, Sándwich de Pollo con Especies, Papitas  Pizza con Queso, Pizza Hawaiana, Salsa Marinara	Sándwich de Puerco, Hot Dog, Papas Fritas  Pizza con Queso, Pizza de Taco, Salsa Marinara	Hamburguesa c/Queso, Sándwich de Pollo, Papas Fritas  Pizza con Queso, Pizza de Tocino Hamburguesa con queso, Salsa Marinara	Hamburguesa, Sándwich de Pollo con Especies, Papas Fritas  Pizza con Queso, Peperoni, Salsa Marinara



Los artículos del menú están sujetos a cambio según disponibilidad. Esta institución es un empleador que ofrece igualdad de oportunidades.

Todos los estudiantes inscritos comen si costo por la primera porción de desayuno y almuerzo. \*2a porción de desayuno; \$1.50 \* 2a porción de almuerzo \$2.50 \*Leche adicional \$0.60/Agua \$0.50

Comida para Adultos

Desayuno \$2.50

Almuerzo \$3.75

Se ofrece diariamente: leche sin grasa 1%, leche con chocolate sin grasa, agua de 8oz y barra de ensaladas

**Se ofrecen productos temporales diariamente en la barra de ensaladas.**

\*¡No olviden tomar 1/2 taza de frutas o vegetales con su almuerzo! \*