



Preguntas sobre  
Servicios de Nutrición  
llame a:

**Enero 2019**

*Desayuno* **Almuerzo**

**LAHS**



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 No Hay Clases!	2 No Hay Clases!	3 No Hay Clases!	4 No Hay Clases!
7 Mini Pan Francés o Cereal, Jugo, Fruta, Leche Pierna de Pollo Asado al Horno c/ Puré de Papas, Salsa y Panecillo	8 Burritos de Desayuno o Cereal, Jugo, Manzana Rebanada, Leche Tacos de Carne	9 Pan de desayuno o Cereal, Jugo, Plantano, Leche Tazón con Puré de Papa y Carne c/Panecillo	10 Yogurt con Fruta Parfait o Cereal, Jugo, Fresca Fruta, Leche Pie de Fritos	11 Pizza de Desayuno o Cereal, Fresca Fruta, Leche Palitos de Pan con Queso c/Salsa Marinara
14 Mini waffles o Cereal, Jugo, Fruta, Leche Pollo Alfredo al Horno	15 Quesadilla de Desayuno o Cereal, Jugo, Manzana Reanada, Leche Trocitos de Pollo Empanizado y Ensalada de Repollo c/Panecillo	16 Pastelito o Cereal, Jugo, Plantana, Leche Comida de Egg Roll c/ Fideo Lo Mein	17 Mini Roles de Canela o Cereal, Fruta, Jugo, Leche Verde Chile Pasta con Queso	18 Sándwich de Desayuno o Cereal, Fresca Fruta, Leche Enchiladas Tradicionales c/ Arroz y Frijoles
21 No Hay Clases!	22 Burritos de Desayuno o Cereal, Jugo, Manzana Rebanada, Leche Pasta Al Horno c/ palitos de pan	23 Pan de desayuno o Cereal, Jugo, Plantano, Leche Pollo y Waffles	24 Yogurt con Fruta Parfait o Cereal, Jugo, Fresca Fruta, Leche Sándwich de Albondigas c/papitas	25 Pizza de Desayuno o Cereal, Fresca Fruta, Leche Pollo a la Naranja c/Arroz Frito
28 Mini waffles o Cereal, Jugo, Fruta, Leche Cacerola de Enchiladas Cremosas c/Arroz y Frijoles	29 Quesadilla de Desayuno o Cereal, Jugo, Manzana Reanada, Leche Ravioles con Queso c/ Palitos de Pan	30 Pastelito o Cereal, Jugo, Plantana, Leche Omelet de Queso, Salchicha y Panecillo	31 Mini Roles de Canela o Cereal, Fruta, Jugo, Leche Sándwich de Pavo y Queso Caliente en Pan de Pretzel	1-Feb Sándwich de Desayuno o Cereal, Fresca Fruta, Leche Hamburguesa Abierta con Chile Verde/ Papas Fritas
Hamburguesa c/ Queso, Sándwich de Pollo, Papas Fritas Pizza con Queso, Salchicha y Jalapeño, Salsa Marinara	Hamburguesa, Sándwich de pollo con Especias, Papitas Pizza con Queso, Pizza Hawaiana, Salsa Marinara	Sándwich de Puerco, Hot Dog, Papas Fritas Pizza con Queso, Pizza de Taco, Salsa Marinara	Hamburguesa, Sándwich de Pollo con Especias, Papas Fritas Piza con Queso, Pizza de Tocino Hamburguesa con queso, Salsa Marinara	Hamburguesa c/ Queso, Sándwich de Pollo, Papas Fritas Pizza con Queso, Peperoni, Salsa Marinara

**Los artículos del menú están sujetos a cambio según disponibilidad.**

**Esta institución es un empleador que provee 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 Adulto

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! \*

