



# Menús – Diciembre 2017

**LUNES**

**MARTES**


**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

## Almuerzos para Grados 9-12

**MENÚS ESTÁN SUJETOS A CAMBIOS**

				<p>12-1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★ ★ Sándwich de Filete de Pollo</li> <li>★ ★ Sándwich de Ensalada de Atún</li> <li>★ Panecillo- <b>S</b></li> <li>★ Papas Fritas</li> <li>★ Zanahorias Bebe - <b>S</b></li> <li>★ Fruta- <b>S</b></li> <li>★ Jugo de Fruta</li> <li>★ Leche</li> </ul>
<p>12-4</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★ Chili Vegano -<b>V</b></li> <li>★ ★ Sándwich de Queso Derretido -<b>V</b></li> <li>★ ★ Granola y Yogurt -<b>V</b></li> <li>★ Papas Fritas</li> <li>★ Zanahorias Bebe - <b>S</b></li> <li>★ Fruta- <b>S</b></li> <li>★ Jugo de Fruta</li> <li>★ Leche</li> </ul>	<p>12-5</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★ Hotdog de Pavo o Doble Mini Hot Dog</li> <li>★ ★ Sándwich de Pavo con Queso en Pan Plano o</li> <li>★ ★ Sándwich de Pavo</li> <li>★ ★ Ensalada Italiana Picada</li> <li>★ Panecillo- <b>S</b></li> <li>★ Frijoles Pintos o Frijoles Horneados</li> <li>★ Granos de Maíz Amarillo</li> <li>★ Fruta- <b>S</b></li> <li>★ Jugo de Fruta</li> <li>★ Leche</li> </ul>	<p>12-6</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★ Pierna de Pollo Horneado</li> <li>★ Panecillo- <b>S</b></li> <li>★ ★ Sándwich Sub</li> <li>★ ★ Ensalada Estilo Mexicali -<b>V</b></li> <li>★ Chips de Tortilla Tostada</li> <li>★ Ensalada Verde</li> <li>★ Zanahorias Bebe - <b>S</b></li> <li>★ Tacita de Fruta- <b>S</b></li> <li>★ Jugo de Fruta</li> <li>★ Leche</li> </ul>	<p>12-7</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★ ★ Tazon Teriyaki con Carne y Arroz</li> <li>★ ★ Pastrami de Pavo en un Croissant</li> <li>★ ★ Ensalada César de Pollo con Pan de Queso</li> <li>★ Brócoli</li> <li>★ Vegetales Mixtos</li> <li>★ Fruta- <b>S</b></li> <li>★ Tacita de Jugo Congelado</li> <li>★ Leche</li> </ul> 	<p>12-8</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★ ★ Hamburguesa o Queso Hamburguesa Café LA</li> <li>★ ★ Sandwich de Ensalada de Atún</li> <li>★ ★ Ensalada China de Pollo</li> <li>★ Panecillo- <b>S</b></li> <li>★ Papas Fritas</li> <li>★ Zanahorias Bebe - <b>S</b></li> <li>★ Fruta- <b>S</b></li> <li>★ Jugo de Fruta</li> <li>★ Leche</li> </ul>
<p>12-11</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★ ★ Pupusa de Queso y Frijoles con Curtido -<b>V</b></li> <li>★ ★ Granola y Yogurt -<b>V</b></li> <li>★ Papas Fritas</li> <li>★ Zanahorias Bebe - <b>S</b></li> <li>★ Fruta- <b>S</b></li> <li>★ Jugo de Fruta</li> <li>★ Leche</li> </ul>	<p>12-12</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★ ★ Sándwich de Puerco a la BBQ</li> <li>★ ★ Sándwich de Pavo con Queso en Pan Plano</li> <li>★ Frijoles Pintos o Frijoles Horneados</li> <li>★ Copitos de Papas</li> <li>★ Papas Hash Brown</li> <li>★ Fruta- <b>S</b></li> <li>★ Jugo de Fruta</li> <li>★ Leche</li> </ul>	<p>12-13</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★ ★ Chalupa de Carne con Arroz</li> <li>★ ★ Sándwich Sub</li> <li>★ Ensalada Verde</li> <li>★ Tacita de Salsa</li> <li>★ Tacita de Fruta- <b>S</b></li> <li>★ Jugo de Fruta</li> <li>★ Leche</li> </ul>	<p>12-14</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★ ★ Rodajas de Pavo con Salsa y Relleno</li> <li>★ ★ Sándwich de Ensalada de Atún</li> <li>★ Panecillo- <b>S</b></li> <li>★ Pure de Papa</li> <li>★ Vegetales Mixtos</li> <li>★ Fruta- <b>S</b></li> <li>★ Tacita de Jugo Congelado</li> <li>★ Leche</li> </ul>	<p>12-15</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★ ★ Opción del Gerente</li> <li>★ ★ Opción del Gerente</li> <li>★ Papas Fritas</li> <li>★ Zanahorias Bebe - <b>S</b></li> <li>★ Fruta- <b>S</b></li> <li>★ Jugo de Fruta</li> <li>★ Leche</li> </ul>

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

Visitenos en <http://achieve.lausd.net/cafela>

Para más información llame al (213) 241-6422



# Menús – Diciembre 2017

**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

## Almuerzos para Grados 9-12

**MENÚS ESTÁN SUJETOS A CAMBIOS**

12-18

- ★ ★ Chili Vegano - **V**
- ★ ★ Opción del Gerente
- ★ Chips de Tortilla Tostada
- ★ Papas Fritas
- ★ Zanahorias Bebe - **S**
- ★ Fruta - **S**
- ★ Jugo de Fruta
- ★ Leche

¡Receso de invierno!

12-19

- ★ Hotdog de Pavo o Doble Mini Hot Dog
- ★ ★ Opción del Gerente
- ★ Frijoles Pintos o Frijoles Horneados
- ★ Granos de Maiz Amarillo
- ★ Tacita de Fruta - **S**
- ★ Jugo de Fruta
- ★ Leche

¡Receso de invierno!

12-20

- ★ Pierna de Pollo Horneado
- ★ Panecillo - **S**
- ★ ★ Opción del Gerente
- ★ Ensalada Verde
- ★ Zanahorias Bebe - **S**
- ★ Tacita de Fruta - **S**
- ★ Jugo de Fruta
- ★ Leche

¡Receso de invierno!

12-21

- ★ ★ Tazon Teriyaki con Carne y Arroz
- ★ ★ Opción del Gerente
- ★ Brócoli
- ★ Vegetales Mixtos
- ★ Fruta - **S**
- ★ Tacita de Jugo Congelado
- ★ Leche

¡Receso de invierno!

12-22

- ★ ★ Hamburguesa o Queso Hamburguesa Café LA
- ★ ★ Opción del Gerente
- ★ Papas Fritas
- ★ Zanahorias Bebe - **S**
- ★ Fruta - **S**
- ★ Jugo de Fruta
- ★ Leche

¡Receso de invierno!

12-25

¡Les deseamos a todos una temporada de vacaciones de invierno maravillosa y llena de felicidad!

12-26

12-27

12-28

11-29

☼ Todos los alimentos de grano/pan servidos son de grano entero.

Opciones de Leche: White Low Fat 1%, White Fat Free, White Non-Fat Lactose Free, Chocolate Non-Fat

★: Para una comida reembolsable, elegir al menos 3 ★'s. **Una** ★ debe ser una fruta o un vegetal

**S**: Alimentos con una (S) se pueden guardar para más tarde

**V**: Alimentos Vegetarianos

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

Visitenos en <http://achieve.lausd.net/cafela>

Para más información llame al (213) 241-6422