



Almuerzos para Grados K-5

Menús – Octubre 2017

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
10-2 ★★ Tamal de Queso -V ★★ Granola y Yogurt -V ★ Frijoles Pintos o Frijoles Horneados ★ Granos de Maíz Amarillo ★ Fruta - S ★ Leche	10-3 ★★ Hotdog de Pavo ★★ Ensalada Italiana Picada ★ Panecillo - S ★ Copitos de Papas ★ Ensalada Verde ★ Fruta - S ★ Leche	10-4 ★★ Tazon de Dip de Frijoles ★★ Sándwich Sub ★ Chips de Tortilla Tostada ★ Granos de Maíz Amarillo ★ Zanahorias Bebe - S ★ Tacita de Fruta ★ Leche	10-5 ★★ Empanada de 3 Quesos -V ★★ Ensalada César de Pollo con Pan de Queso ★ Granos de Maíz ★ Ensalada Verde ★ Tacita de Jugo Congelado ★ Leche	10-6 ★★ Sándwich de Filete de Pollo Empanado ★★ Sándwich de Pavo con Queso en Pan Plano o ★★ Sandwich de Ensalada de Atún ★ Papas Fritas ★ Zanahorias Bebe - S ★ Fruta - S ★ Leche
10-9 ★★ Chili Vegano -V ★★ Granola y Yogurt -V ★ Chips de Tortilla Tostada ★ Tacita de Salsa ★ Zanahorias Bebe - S ★ Fruta - S ★ Leche	10-10 ★★ Taquitos de Carne ★★ Ensalada Italiana Picada ★ Panecillo - S ★ Frijoles Pintos o Frijoles Horneados ★ Ensalada Verde ★ Fruta - S ★ Leche	10-11 ★★ Pan de Ajo con Queso -V ★★ Sándwich Sub ★ Zanahorias Bebe - S ★ Ensalada Verde ★ Fruta - S ★ Leche	10-12 ★★ Tazon Teriyaki con Carne y Arroz ★★ Ensalada César de Pollo con Pan de Queso ★ Brócoli ★ Zanahorias Bebe - S ★ Tacita de Jugo Congelado ★ Leche	10-13 ★★ Opción del Gerente ★★ Sándwich de Pechuga de Pavo o Sandwich de Ensalada de Atún ★ Papas Fritas ★ Ensalada Verde ★ Fruta - S ★ Leche
10-16 ★★ Macaroni con Queso -V ★★ Granola y Yogurt -V ★ Papas Fritas ★ Zanahorias Bebe - S ★ Fruta - S ★ Leche	10-17 ★★ Sándwich de Puerco a la BBQ ★★ Ensalada Italiana Picada ★ Panecillo - S ★ Frijoles Pintos o Frijoles Horneados ★ Copitos de Papas ★ Fruta - S ★ Leche	10-18 ★★ Chalupa Tostada con Carne ★★ Sándwich Sub ★ Ensalada Verde ★ Tacita de Salsa ★ Fruta - S ★ Leche	10-19 ★★ Filete Salisbury con Pure de Papa ★ Panecillo - S ★★ Ensalada César de Pollo con Pan de Queso ★ Pure de Papa ★ Vegetales Mixtos ★ Tacita de Jugo Congelado ★ Leche	10-20 ★★ Sándwich de Filete de Pollo Empanado ★★ Sándwich de Pavo con Queso en Pan Plano o ★★ Sandwich de Ensalada de Atún ★ Papas Fritas ★ Zanahorias Bebe - S ★ Fruta - S ★ Leche
10-23 ★★ Chili Vegano -V ★★ Granola y Yogurt -V ★ Chips de Tortilla Tostada ★ Granos de Maíz Amarillo ★ Zanahorias Bebe - S ★ Fruta - S ★ Leche	10-24 ★★ Sándwich de Albondigas de Pavo ★★ Ensalada Italiana Picada ★ Panecillo - S ★ Copitos de Papas ★ Vegetales Mixtos ★ Tacita de Fruta ★ Leche	10-25 ★★ Chalupa Tostada con Carne ★★ Sándwich Sub ★ Chips de Tortilla Tostada ★ Ensalada Verde ★ Tacita de Salsa ★ Fruta - S ★ Leche	10-26 ★★ Pan Plano con Salchicha de Pavo o ★ Pan Plano con Queso ★★ Ensalada César de Pollo con Pan de Queso ★ Frijoles Pintos o Frijoles Horneados ★ Zanahorias Bebe - S ★ Tacita de Jugo Congelado ★ Leche	10-27 ★★ Hamburguesa o Queso Hamburguesa Café LA ★★ Sándwich de Pechuga de Pavo o ★★ Sandwich de Ensalada de Atún ★ Papas Fritas ★ Zanahorias Bebe - S ★ Fruta - S ★ Leche
10-30 ★★ Pupusa de Queso y Frijoles con Curtido -V ★★ Granola y Yogurt -V ★ Frijoles Pintos o Frijoles Horneados ★ Tacita de Salsa ★ Fruta - S ★ Leche	10-31 ★★ Hotdog de Pavo ★★ Ensalada Italiana Picada ★ Panecillo - S ★ Copitos de Papas ★ Ensalada Verde ★ Fruta - S ★ Leche	☼ 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		

MENÚS ESTÁN SUJETOS A CAMBIOS

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

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

Para más información llame al (213) 241-6422