



Menús – Septiembre 2017

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Desayunos para Grados 9-12

MENÚS ESTÁN SUJETOS A CAMBIOS

☞ 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
★: Para una comida reembolsable, elegir al menos 3 ★'s. **Una ★** debe ser una fruta
S: Alimentos con una (S) se pueden guardar para más tarde
V: Alimentos Vegetarianos

9-1

**DÍA
DE ADMISIÓN**

9-4

**DÍA
DEL TRABAJO**

9-5

★ Burrito de Frijoles y Queso - **V**
★ Fruta - **S**
★ Jugo de Fruta
★ Leche

9-6

★ Sándwich de Jamón y Queso
★ Fruta - **S**
★ Jugo de Fruta
★ Leche

9-7

★ Tazón de Cereal y Yogurt - **V**
★ Jugo de Fruta
★ Fruta - **S**
★ Leche

9-8

★ Barra de Bagel Rellena de Manzana
★ Fruta - **S**
★ Jugo de Fruta
★ Leche

9-11

★ Ricos Palitos de Tostada Francesa - **V**
★ Fruta - **S**
★ Jugo de Fruta
★ Leche

9-12

★ Bagel con Queso - **V**
★ Fruta - **S**
★ Jugo de Fruta
★ Leche

9-13

★ Rellenito con Queso y Huevo - **V**
★ Fruta - **S**
★ Jugo de Fruta
★ Leche

9-14

★ Sándwich con Salchicha de Carne
★ Fruta - **S**
★ Jugo de Fruta
★ Leche

9-15

★ Opción del Gerente
★ Fruta - **S**
★ Jugo de Fruta
★ Leche

9-18

★ Panqueques de Canela - **V**
★ Fruta - **S**
★ Jugo de Fruta
★ Leche

9-19

★ Burrito de Frijoles y Queso - **V**
★ Fruta - **S**
★ Jugo de Fruta
★ Leche

9-20

★ Sándwich de Jamón y Queso
★ Fruta - **S**
★ Jugo de Fruta
★ Leche

9-21

★ Tazón de Cereal y Yogurt - **V**
★ Fruta - **S**
★ Jugo de Fruta
★ Leche

9-22

★ Barra de Bagel Rellena de Manzana
★ Fruta - **S**
★ Jugo de Fruta
★ Leche

9-25

★ Ricos Palitos de Tostada Francesa - **V**
★ Fruta - **S**
★ Jugo de Fruta
★ Leche

9-26

★ Bagel con Queso - **V**
★ Fruta - **S**
★ Jugo de Fruta
★ Leche

9-27

★ Rellenito con Queso y Huevo - **V**
★ Fruta - **S**
★ Jugo de Fruta
★ Leche

9-28

★ Sándwich con Salchicha de Carne
★ Fruta - **S**
★ Jugo de Fruta
★ Leche

9-29

★ Pan dulce "Café LA" - **S, V**
★ Fruta - **S**
★ Jugo de Fruta
★ Leche

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