



Menús – Septiembre 2017

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Almuerzos para Grados 9-12

MENÚS ESTÁN SUJETOS A CAMBIOS

				9-1 DÍA DE ADMISIÓN
9-4 DÍA DEL TRABAJO	9-5 <ul style="list-style-type: none"> ★ ★ Hotdog de Pavo ★ ★ Sandwich de Queso Tostado ★ ★ Granola y Yogurt -V ★ ★ Papas Hash Brown ★ Vegetales Mixtos ★ Tacita de Fruta - S ★ Leche 	9-6 <ul style="list-style-type: none"> ★ ★ Sándwich de Puerco a la BBQ ★ ★ Sándwich Sub ★ ★ Ensalada en una Tostada -V ★ Chips de Tortilla Tostada ★ Frijoles Horneados ★ Zanahorias Bebe - S ★ Fruta - S ★ Leche 	9-7 <ul style="list-style-type: none"> ★ ★ Empanada de Queso - V ★ ★ Crossándwich de Pastrami de Pavo ★ ★ Ensalada César de Pollo con Pan de Queso ★ Granos de Maiz ★ Ensalada Verde ★ Tacita de Jugo Congeladao ★ Leche 	9-8 <ul style="list-style-type: none"> ★ ★ Sándwich de Filete de Pollo Empanado ★ ★ Sándwich de Pavo con Queso en Pan Plano ★ ★ Ensalada China de Pollo ★ Panecillo - S ★ Papas Fritas ★ Zanahorias Bebe - S ★ Fruta - S ★ Leche
9-11 <ul style="list-style-type: none"> ★ ★ Pan de Ajo con Queso -V ★ ★ Granola y Yogurt -V ★ ★ Sandwich de Queso Tostado ★ Vegetales Mixtos ★ Zanahorias Bebe - S ★ Fruta - S ★ Jugo de Fruta ★ Leche 	9-12 <ul style="list-style-type: none"> ★ ★ Taquitos de Carne ★ ★ Sándwich de Pavo con Queso ★ ★ Ensalada Italiana Picada ★ Panecillo - S ★ Frijoles Pintos ★ Ensalada Verde ★ Tacita de Fruta - S ★ Jugo de Fruta ★ Leche 	9-13 <ul style="list-style-type: none"> ★ ★ Tazon de Pavo y Dip de Queso ★ ★ Sándwich Sub ★ ★ Ensalada en una Tostada -V ★ Chips de Tortilla Tostada ★ Granos de Maiz Amarillo ★ Tacita de Salsa ★ Fruta - S ★ Jugo de Fruta ★ Leche 	9-14 <ul style="list-style-type: none"> ★ ★ Tazon Teriyaki con Carne y Arroz ★ ★ Crossándwich de Pastrami de Pavo ★ ★ Ensalada César de Pollo con Pan de Queso ★ Brócoli ★ Zanahorias Bebe - S ★ Fruta - S ★ Tacita de Jugo Congelado ★ Leche 	9-15 <ul style="list-style-type: none"> ★ ★ Opción del Gerente ★ ★ Sándwich de Pechuga de Pollo ★ ★ Ensalada China de Pollo ★ Panecillo - S ★ Papas Fritas ★ Zanahorias Bebe - S ★ 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



Menús – Septiembre 2017

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Almuerzos para Grados 9-12

MENÚS ESTÁN SUJETOS A CAMBIOS

<p>9-18</p> <ul style="list-style-type: none"> ★ ★ Chili Vegetariano -V ★ ★ Sándwich de Queso Derretido -V ★ ★ Granola y Yogurt -V ★ Chips de Tortilla Tostada ★ Papas Fritas ★ Zanahorias Bebe - S ★ Fruta - S ★ Jugo de Fruta ★ Leche 	<p>9-19</p> <ul style="list-style-type: none"> ★ ★ Sándwich de Puerco a la BBQ ★ ★ Sándwich de Pavo en Pan Plano ★ ★ Ensalada China de Pavo ★ Panecillo - S ★ Frijoles Pintos o Frijoles Horneados ★ Papas Hash Brown ★ Tacita de Fruta - S ★ Jugo de Fruta ★ Leche 	<p>9-20</p> <ul style="list-style-type: none"> ★ ★ Enchiladas con Tres Quesos ★ ★ Sándwich Sub ★ ★ Ensalada en una Tostada -V ★ Chips de Tortilla Tostada ★ Ensalada Verde ★ Tacita de Salsa ★ Fruta - S ★ Jugo de Fruta ★ Leche 	<p>9-21</p> <ul style="list-style-type: none"> ★ ★ Filete Salisbury con salsa ★ Panecillo - S ★ ★ Crosssándwich de Pastrami de Pavo ★ ★ Ensalada César de Pollo con Pan de Queso ★ Pure de Papa ★ Vegetales Mixtos ★ Fruta - S ★ Tacita de Jugo Congelado ★ Leche 	<p>9-22</p> <ul style="list-style-type: none"> ★ ★ Sándwich de Filete de Pollo Empanado ★ ★ Sandwich de Ensalada de Atún ★ ★ Ensalada China de Pollo ★ Panecillo - S ★ Papas Fritas ★ Zanahorias Bebe - S ★ Fruta - S ★ Jugo de Fruta ★ Leche
<p>9-25</p> <ul style="list-style-type: none"> ★ ★ Pan de Ajo con Queso -V ★ ★ Sándwich de Queso Derretido -V ★ ★ Granola y Yogurt -V ★ Granos de Maiz Amarillo ★ Zanahorias Bebe - S ★ Fruta - S ★ Jugo de Fruta ★ Leche 	<p>9-26</p> <ul style="list-style-type: none"> ★ ★ Sándwich de Albondigas de Pavo ★ ★ Sándwich de Pechuga de Pavo ★ ★ Ensalada Italiana Picada ★ Panecillo - S ★ Papas Hash Brown ★ Vegetales Mixtos ★ Tacita de Fruta - S ★ Jugo de Fruta ★ Leche 	<p>9-27</p> <ul style="list-style-type: none"> ★ ★ Tacos Baja de Pescado ★ ★ Sándwich Sub ★ ★ Ensalada en una Tostada -V ★ Chips de Tortilla Tostada ★ Papas Fritas ★ Tacita de Salsa ★ Fruta - S ★ Jugo de Fruta ★ Leche 	<p>9-28</p> <ul style="list-style-type: none"> ★ ★ Pan Plano con Queso ★ ★ Crosssándwich de Pastrami de Pavo ★ ★ Ensalada César de Pollo con Pan de Queso ★ Frijoles Pintos ★ Zanahorias Bebe - S ★ Fruta - S ★ Tacita de Jugo Congelado ★ Leche 	<p>9-29</p> <ul style="list-style-type: none"> ★ ★ Hamburguesa Café LA ★ ★ Sandwich de Ensalada de Atún ★ ★ Ensalada China de Pollo ★ Panecillo - S ★ Papas Fritas ★ Ensalada Verde ★ Fruta - S ★ Jugo de Fruta ★ 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

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