



# Menús – Septiembre 2017

**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

## Almuerzos para Grados K-5

*MENÚS ESTÁN SUJETOS A CAMBIOS*

				<b>9-1</b>  <b>DÍA DE ADMISIÓN</b>
<b>9-4</b>  <b>DÍA DEL TRABAJO</b>	<b>9-5</b>  ★★ Hotdog de Pavo ★★ Sandwich de Queso Tostado ★ Copitos de Papas ★ Vegetales Mixtos ★ Tacita de Fruta - <b>S</b> ★ Leche	<b>9-6</b>  ★★ Sándwich de Puerco a la BBQ ★★ Sándwich Sub ★ Frijoles Pintos o Frijoles Horneados ★ Zanahorias Bebe - <b>S</b> ★ Fruta - <b>S</b> ★ Leche	<b>9-7</b>  ★★ Empanada de Queso - V ★★ Ensalada César de Pollo con Pan de Queso ★ Granos de Maiz ★ Ensalada Verde ★ Tacita de Jugo Congeladao ★ Leche	<b>9-8</b>  ★★ Sándwich de Filete de Pollo Empanado ★★ Sándwich de Pavo con Queso en Pan Plano o ★★ Sandwich de Ensalada de Atún ★ Papas Fritas ★ Zanahorias Bebe - <b>S</b> ★ Fruta - <b>S</b> ★ Leche
<b>9-11</b>  ★★ Pan de Ajo con Queso - <b>V</b> ★★ Granola y Yogurt - <b>V</b> ★ Vegetales Mixtos ★ Zanahorias Bebe - <b>S</b> ★ Fruta - <b>S</b> ★ Leche	<b>9-12</b>  ★★ Taquitos de Carne ★★ Ensalada Italiana Picada ★ Panecillo - <b>S</b> ★ Frijoles Pintos o Frijoles Horneados ★ Ensalada Verde ★ Tacita de Fruta - <b>S</b> ★ Leche	<b>9-13</b>  ★★ Tazon de Pavo y Dip de Queso ★★ Sándwich Sub ★ Chips de Tortilla Tostada ★ Granos de Maiz Amarillo ★ Tacita de Salsa ★ Fruta - <b>S</b> ★ Leche	<b>9-14</b>  ★★ Tazon Teriyaki con Carne y Arroz ★★ Ensalada César de Pollo con Pan de Queso ★ Brócoli ★ Zanahorias Bebe - <b>S</b> ★ Tacita de Jugo Congelado ★ Leche	<b>9-15</b>  ★★ Opción del Gerente ★★ Sándwich de Pechuga de Pavo o Sandwich de Ensalada de Atún ★ Papas Fritas ★ Ensalada Verde ★ Fruta - <b>S</b> ★ 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 K-5

**MENÚS ESTÁN SUJETOS A CAMBIOS**

9-18

- ★ ★ Chili vegetariano - **V**
- ★ ★ Granola y Yogurt - **V**
- ★ Chips de Tortilla Tostada
- ★ Papas Fritas
- ★ Zanahorias Bebe - **S**
- ★ Fruta - **S**
- ★ Leche

9-19

- ★ ★ Sándwich de Puerco a la BBQ
- ★ ★ Ensalada Italiana Picada
- ★ Panecillo - **S**
- ★ Frijoles Pintos o Frijoles Horneados
- ★ Copitos de Papas
- ★ Tacita de Fruta - **S**
- ★ Leche

9-20

- ★ ★ Chalupa Tostada con Carne
- ★ ★ Sándwich Sub
- ★ Ensalada Verde
- ★ Tacita de Salsa
- ★ Fruta - **S**
- ★ Leche

9-21

- ★ ★ Filete Salisbury con salsa
- ★ Panecillo - **S**
- ★ ★ Ensalada César de Pollo con Pan de Queso
- ★ Pure de Papa
- ★ Vegetales Mixtos
- ★ Tacita de Jugo Congelado
- ★ Leche

9-22

- ★ ★ Sándwich de Filete de Pollo Empanado
- ★ ★ Sándwich de Pechuga de Pavo o
- ★ ★ Sandwich de Ensalada de Atún
- ★ Papas Fritas
- ★ Zanahorias Bebe - **S**
- ★ Fruta - **S**
- ★ Leche

9-25

- ★ ★ Pupusa de Queso y Frijoles con Curtido - **V**
- ★ ★ Granola y Yogurt - **V**
- ★ Granos de Maiz Amarillo
- ★ Zanahorias Bebe - **S**
- ★ Fruta - **S**
- ★ Leche

9-26

- ★ ★ Sándwich de Albondigas de Pavo
- ★ ★ Ensalada Italiana Picada
- ★ Panecillo - **S**
- ★ Copitos de Papas
- ★ Vegetales Mixtos
- ★ Tacita de Fruta - **S**
- ★ Leche

9-27

- ★ ★ Palitos de Pescado
- ★ ★ Sándwich Sub
- ★ Chips de Tortilla Tostada
- ★ Papas Fritas
- ★ Tacita de Salsa
- ★ Fruta - **S**
- ★ Leche

9-28

- ★ ★ Pan Plano con Salchicha de Pavo
- ★ ★ Ensalada César de Pollo con Pan de Queso
- ★ Frijoles Pintos o Frijoles Horneados
- ★ Zanahorias Bebe - **S**
- ★ Tacita de Jugo Congelado
- ★ Leche

9-29

- ★ ★ Hamburguesa o Queso Hamburguesa Café LA
- ★ ★ Sándwich de Pechuga de Pavo o
- ★ Sandwich de Ensalada de Atún
- ★ Papas Fritas
- ★ 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

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