



Menús – Abril 2018

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Almuerzos para Grados 9-12

MENÚS ESTÁN SUJETOS A CAMBIOS

4-2

- ★ Pupusa con Frijoles y Queso con Curtido -V
- ★★ Sándwich de Queso Derretido -V
- ★ Granola -V
- ★ Yogurt -V
- ★ Papas Fritas
- ★ Zanahorias Bebe - S
- ★ Fruta - S
- ★ Jugo de Fruta
- ★ Leche

4-3

- ★★ Omelete - V
- ★★ Sándwich de Queso Derretido -V
- ★ Granola -V
- ★ Yogurt -V
- ★ Panecillo - S
- ★ Copitos de Papa o Tortitas de Papas Hash
- ★ Tacita de Salsa
- ★ Fruta - S
- ★ Tacita de Jugo Congelado
- ★ Leche

4-4

- ★★ Pan Plano con Queso -V o
- ★★ Sabroso Pan Plano con Salchicha -V
- ★★ Sándwich Sub
- ★★ Ensalada Estilo Mexicali -V
- ★ Chips de Tortilla Tostada
- ★ Granos de Maiz Amarillo
- ★ Ensalada Verde
- ★ Fruta - S o Tacita de Fruta
- ★ Jugo de Fruta
- ★ Leche

4-5

- ★ Tiras de Pollo
- ★ Panecillo - S
- ★★ Pastrami de Pavo en un Croissant
- ★★ Ensalada César de Pollo con Pan de Queso
- ★ Frijoles Pintos o Frijoles Horneados
- ★ Vegetales Mixtos
- ★ Fruta - S
- ★ Jugo de Fruta
- ★ Leche

4-6

- ★★ Sándwich de Filete de Pollo
- ★★ Sandwich de Ensalada de Atún
- ★ Ensalada China con Pollo
- ★ Panecillo - S
- ★ Papas Fritas
- ★ Zanahorias Bebe - S
- ★ Fruta - S o Tacita de Fruta
- ★ Jugo de Fruta
- ★ Leche

4-9

- ★ Pan de Ajo con Queso -V
- ★★ Sándwich de Queso Derretido -V
- ★ Granola -V
- ★ Yogurt -V
- ★ Papas Fritas
- ★ Tacita de Salsa Marinara
- ★ Fruta - S
- ★ Jugo de Fruta
- ★ Leche

4-10

- ★ Pierna de Pollo al Horno
- ★★ Sándwich de Pavo con Queso
- ★★ Ensalada Italiana Picada
- ★ Panecillo - S
- ★ Frijoles Pintos o Frijoles Horneados
- ★ Zanahorias Bebe - S
- ★ Fruta - S
- ★ Jugo de Fruta
- ★ Tacita de Jugo Congelado
- ★ Leche

4-11

- ★ Dip de Frijoles
- ★★ Sándwich Sub
- ★★ Ensalada Estilo Mexicali -V
- ★ Chips de Tortilla Tostada
- ★ Ensalada Verde
- ★ Tacita de Salsa
- ★ Fruta - S o Tacita de Fruta
- ★ Jugo de Fruta
- ★ Leche

4-12

- ★ Torta de Chuleta de Puerco
- ★★ Pastrami de Pavo en un Croissant
- ★★ Ensalada César de Pollo con Pan de Queso
- ★ Panecillo - S
- ★ Pure de Papa
- ★ Vegetales Mixtos
- ★ Fruta - S
- ★ Jugo de Fruta
- ★ Leche

4-13

- ★★ Hamburguesa o Queso Hamburguesa Café LA
- ★★ Sandwich de Ensalada de Atún
- ★★ Ensalada China con Pollo
- ★ Panecillo - S
- ★★ Papas Fritas
- ★ Zanahorias Bebe - S
- ★ Fruta - S o Tacita de Fruta
- ★ Jugo de Fruta
- ★ Leche

4-16

- ★★ Tamal de Queso con Chile -V
- ★★ Sándwich de Queso Derretido -V
- ★ Granola -V
- ★ Yogurt -V
- ★ Papas Fritas
- ★ Tacita de Salsa
- ★ Fruta - S
- ★ Jugo de Fruta
- ★ Leche

4-17

- ★★ Sándwich de Puerco a la BBQ
- ★★ Sándwich de Pavo con Queso
- ★★ Ensalada Italiana Picada
- ★ Panecillo - S
- ★ Frijoles Pintos o Frijoles Horneados
- ★ Copitos de Papa o Tortitas de Papas Hash
- ★ Fruta - S
- ★ Tacita de Jugo Congelado
- ★ Leche

4-18

- ★ Pierna de Pollo al Horno
- ★ Panecillo - S
- ★★ Sándwich Sub
- ★★ Ensalada Estilo Mexicali -V
- ★ Chips de Tortilla Tostada
- ★ Ensalada Verde
- ★ Zanahorias Bebe - S
- ★ Fruta - S
- ★ Jugo de Fruta
- ★ Leche

4-19

- ★★ Tazon Teriyaki con Carne y Arroz
- ★★ Pastrami de Pavo en un Croissant
- ★★ Ensalada César de Pollo con Pan de Queso
- ★ Brócoli
- ★ Ensalada Verde o Granos de Maiz Amarillo
- ★ Fruta - S
- ★ Jugo de Fruta
- ★ Leche

4-20

- ★★ Opción del Gerente
- ★★ Sandwich de Ensalada de Atún
- ★★ Ensalada China con Pollo
- ★ Panecillo - S
- ★ Papas Fritas
- ★ Zanahorias Bebe - S
- ★ Fruta - S o Tacita de Fruta
- ★ 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 – Abril 2018

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Almuerzos para Grados 9-12

MENÚS ESTÁN SUJETOS A CAMBIOS

4-23

- ★★ Macaroni con Queso -V
- ★★ Sándwich de Queso Derretido -V
- ★ Granola -V
- ★ Yogurt -V
- ★ Papas Fritas
- ★ Zanahorias Bebe - S
- ★ Fruta - S
- ★ Jugo de Fruta
- ★ Leche

4-24

- ★★ Sándwich de Albondigas
- ★★ Sándwich de Pavo con Queso Derretido -V
- ★★ Ensalada Italiana Picada
- ★ Panecillo - S
- ★ Frijoles Pintos o Frijoles Horneados
- ★ Copitos de Papa o Tortitas de Papas Hash
- ★ Fruta - S
- ★ Tacita de Jugo Congelado
- ★ Leche

4-25

- ★ Chalupa de Carne con Arroz
- ★★ Sándwich Sub
- ★★ Ensalada Estilo Mexicali -V
- ★ Chips de Tortilla Tostada
- ★ Ensalada Verde
- ★ Tacita de Salsa
- ★ Fruta - S o Tacita de Fruta
- ★ Jugo de Fruta
- ★ Leche

4-26

- ★★ Filete Salisbury con Salsa
- ★★ Pastrami de Pavo en un Croissant
- ★★ Ensalada César de Pollo con Pan de Queso
- ★ Pure de Papa
- ★ Vegetales Mixtos
- ★ Fruta - S
- ★ Jugo de Fruta
- ★ Leche

4-27

- ★★ Hamburguesa o Queso Hamburguesa Café LA
- ★★ Sandwich de Ensalada de Atún
- ★★ Ensalada China de Pollo
- ★ Panecillo - S
- ★ Papas Fritas
- ★ Zanahorias Bebe - S
- ★ Fruta - S o Tacita de Fruta
- ★ Jugo de Fruta
- ★ Leche

4-30

- ★★ Pupusa con Frijoles y Queso -V
- ★★ Sándwich de Queso Derretido -V
- ★★ Granola y Yogurt -V
- ★ Papas Fritas
- ★ Zanahorias Bebe - S
- ★ 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