

Menús – Noviembre 2019

Almuerzos para Grados K-5



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				11-1 Tazon Teriyaki con Carne y Arroz Sándwich Sub o Sandwich de Atún Brócoli Zanahorias Bebe - S Pop de Durazno Congelado
11-4 Chimichanga de Frijol con Queso - V Pizza de Queso en Pan Integral - V Sándwich de Pan Tostado con Queso - V Deli Sándwich con Queso - V Tacita de Salsa Marinara Papas Horneadas Tacita de Fruta	11-5 Hot Dog de Pavo Sándwich de Pavo con Queso Ensalada Verde Frijoles Pintos o Frijoles Horneados Jugo Slush	11-6 Dip de Frijoles con Queso Chips de Tortilla Tostada - S Ensalada China con Pollo Panecillo Granos de Elote Zanahorias Bebe - S Fruta - S	11-7 Sándwich de Pollo Ensalada César de Pollo con Pan de Queso Palitos de Apio Papas Ruffle Tacita de Fruta Congelada	11-8 Tazon de Pollo con Salsa de Cereza y Arroz Sándwich Sub o Sandwich de Atún Brócoli Zanahorias Bebe - S Pop de Durazno Congelado
11-11 FERIADO POR EL DÍA DE LOS VETERANOS	11-12 Pizza de Peperoni en Pan Integral y/o Pizza Hawaiana Sándwich Philly con Queso y Carne Tacita de Salsa Marinara Granos de Elote Tacita de Fruta Congelada	11-13 Hamburguesa Café LA Ensalada China con Pollo Panecillo Palitos de Apio Papas Tots Fruta - S	11-14 Pierna de Pollo Horneada Panecillo Ensalada César de Pollo con Pan de Queso Ensalada Verde Papas Tots Tacita de Fruta Congelada	11-15 Tazon Teriyaki con Carne y Arroz Sándwich Sub o Sandwich de Atún Brócoli Zanahorias Bebe - S Pop de Durazno Congelado
11-18 Posible Hamburguesa - V Pizza de Queso en Pan Integral - V Sándwich de Pan Tostado con Queso - V Deli Sándwich con Queso - V Zanahorias Bebe - S Papas Horneadas Fruta - S	11-19 Trocitos de Pollo y Waffles Sándwich de Pavo con Queso Tacita de Salsa Marinara Frijoles Pintos o Frijoles Horneados Jugo Slush	11-20 Pavo con Salsa y Relleno Ensalada China con Pollo Panecillo Pure de Papas Granos de Elote Fruta - S	11-21 Pizza de Peperoni en Pan Integral y/o Pizza Hawaiana Ensalada César de Pollo con Pan de Queso Ensalada Verde Sonrisas Crujientes de Papa Tacita de Fruta Congelada	11-22 Tazon de Albondigas Agridulce y Arroz Sándwich Sub o Sandwich de Atún Brócoli Zanahorias Bebe - S Pop de Durazno Congelado
11-25 Empanada de Queso con Salsa Marinara - V Pizza de Queso en Pan Integral - V Sándwich de Pan Tostado con Queso - V Deli Sándwich con Queso - V Tacita de Salsa Marinara Granos de Elote Fruta - S	11-26 Mini Salchichas de Pollo Empanizadas Sándwich de Pavo con Queso Papas Tots Frijoles Pintos o Frijoles Horneados Jugo Slush	11-27 Hamburguesa Café LA Sándwich Sub Zanahorias Bebe - S Papas Horneadas Fruta - S	11-28 FERIADO DEL DÍA DE ACCIÓN DE GRACIAS	

Todos los alimentos de grano/pan servidos son de Granos Enteros Ricos.

Según el USDA, los estudiantes DEBEN tomar al menos 3 componentes como parte de su almuerzo (uno debe ser una fruta o verdura).

S: Alimentos con una (S) se pueden guardar para más tarde **V:** Alimentos Vegetarianos

Opciones diarias de Leche: White Low Fat 1%, White Fat Free, White Non-Fat Lactose Free, Chocolate Non-Fat

Posted 10/30/19

MENÚS ESTÁN SUJETOS A CAMBIOS

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