

Menús – MARZO 2020



| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|--|--|---|---|--|
| <h2>Almuerzos para EEC</h2> <p>MENÚS ESTÁN SUJETOS A CAMBIOS</p> | | | | |
| 3-2 Pizza de Queso en Pan Integral -V Zanahorias Bebe Cocinadas Fruta | 3-3 Hamburguesa Café LA Papas Horneadas Tacita de Fruta Congelada | 3-4 Sándwich de Pan Tostado con Queso -V Frijoles Horneados Tacita de Fruta | 3-5 Nuggets de Pollo en Salsa Pure de Papas Tacita de Fruta | 3-6 Tazón con Carne Terriyaki y Arroz o Trocitos de Pescado Empanizado / Panecillo Papas Crujientes Fruta |
| 3-9 PizzaBoli - Empanada de Queso -V Tacita de Salsa Marinara Fruta | 3-10 Sándwich con Carne Terriaki Ensalada Verde Jugo Slush | 3-11 Tazón Pavo con Pure de Papas Panecillo Naranjas (Blood Orange) | 3-12 Macaroni con Queso (Mac N' Cheese) Papas Ruffle Tacita de Fruta | 3-13 Tiras de Pollo Empanizado Panecillo o Trocitos de Pescado Empanizado / Panecillo Zanahorias Bebe Cocinadas Tacita de Fruta |
| 3-16 Pizza de Queso en Pan Integral -V Zanahorias Bebe Cocinadas Fruta | 3-17 Sándwich de Pan Tostado con Queso -V Papas Tots Jugo Slush | 3-18 Burrito de Carne y Queso Frijoles Pintos Tacita de Fruta | 3-19 Mini Salchichas Empanizadas de Pollo Ensalada Verde Fruta | 3-20 Tazon de Albondigas Agridulce y Arroz o Trocitos de Pescado Empanizado / Panecillo Brócoli Fruta |
| 3-23 Pizza de Queso en Pan Integral -V Zanahorias Bebe Cocinadas Fruta | 3-24 Sándwich con Pollo Emanizado Papas Tots Tacita de Fruta Congelada | 3-25 Sándwich Sub de Carne Papas Horneadas Tacita de Fruta | 3-26 Dip de Queso Con Carne de Pavo Panecillo Ensalada Verde Fruta | 3-27 Burrito de Carne y Queso o Trocitos de Pescado Empanizado / Panecillo Papas Tots Fruta |
| 3-30 Pizza de Queso en Pan Integral -V Zanahorias Bebe Cocinadas Fruta | 3-31 Macaroni con Queso (Mac N' Cheese) Ensalada Verde Tacita de Fruta Congelada | | | |

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

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).

V: Alimentos Vegetarianos

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

Posted 03/04/20 rev

Visitenos en <http://achieve.lausd.net/cafela>

Para más información llame al (213) 241-6422