


LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<h1>Enero</h1>		3 Trozos integrales de mozzarella marinara Pechuga de pavo Deli c/pan integral Ensalada especial Trozos integrales de pollo c/pan integral PIZZA WILD MIKE Frijoles horneados * Jitomatitos Opciones de fruta Opción de leche	4 Hamburguesa de queso c/pan int. Medallón de pollo c/pan integral Ensalada especial Sloppy Joe c/pan integral Pizza Trozos de papa frita Calabacín Opciones de fruta Opción de leche	5 ALMUERZO BUFE <i>Elija de una variedad de: entremés, frutas, vegetales y panes Opción de leche</i>
8 Espaguetti int. c/salsa de carne c/pan int./ajo Macarrón int. c/queso (poca grasa y sal) Ensalada especial Torta Palomitas de pollo c/pan Zanahorias chicas frescas c/aderezo Ensalada mixta de verduras Opciones de fruta Opción de leche	9 Sándwich integral de queso a la parrilla Medallón de pollo picoso c/pan integral Ensalada especial Chix Yang's Teryaki BBQ / BS Sánd. de pescado y queso c/pan integral Jícama / Arroz Apio c/aderezo Galleta de la fortuna Opciones de fruta y leche	10 Nachos integrales c/queso y salsa Jamón (T) y queso tostados Ensalada especial Trozos de pollo integrales c/pan PIZZA WILD MIKE Frijoles horneados * Jitomatitos Opciones de fruta Opción de leche	11 Hamburguesa de queso c/pan integ. Torta Ensalada especial Pollo rostizado c/palito de pan integral Trozos de pizza c/marinara Brócoli fresco c/aderezo Papas fritas crujientes sazonadas Opciones de fruta Opción de leche	12 Bolsa de Doritos para preparar Chili c/queso, galletas saladas y pan integral Ensalada especial Pizza Tiras de cerdo * BBQ c/pan integral Zanahorias chicas c/aderezo Pepinos Raspado Opciones de fruta y leche
15 Banderilla de la Feria del Estado - C Ravioli integral gigante c/pan de ajo Ensalada especial Trozos de pollo c/pan de ajo Sándwich de pollo parmesano c/pan int. Ensalada mixta de verduras Jitomatitos Sidekick Sunbelievable Opciones de fruta y leche	16 Rollo chino de cerdo * y vegetales (2) Pollo a la naranja Yang Ensalada especial Torta Pizza Arroz c/vainas de chícharo Zanahorias chicas c/aderezo Galleta de la fortuna Opciones de fruta y leche	17 Sándwich de costilla BBQ Hot Dog * c/pan integral Ensalada especial Medallón de pollo c/pan integral PIZZA WILD MIKE Frijoles horneados * Papas fritas crujientes sazonadas Opciones de fruta Opción de leche	18 Quesadilla de queso c/salsa Tacos suaves* Ensalada especial Hamburguesa de queso c/pan int. Nachos integrales c/queso y salsa Brócoli fresco c/aderezo Ensalada mixta de verduras Opciones de fruta Opción de leche	19 NO HAY CLASES
22 Mini banderillas - C Taco de pollo tierno Ensalada especial Torta Medallón de pollo picoso c/pan integral Zanahorias chicas frescas c/aderezo Sonrisas de papa Opciones de fruta Opción de leche	23 Nachos c/carne y queso Trozos de pollo c/palito de pan integral Ensalada especial Chix Yang's Teriyaki BBQ / BS Torta Jitomatitos / Arroz Brócoli fresco c/aderezo Galleta de la fortuna Opciones de fruta y leche	24 Sand. de pescado y queso c/pan integral Palomitas de pollo c/pan integral Ensalada especial Tiras de cerdo* BBQ c/pan integral PIZZA WILD MIKE Frijoles horneados * Ensalada mixta de verduras Opciones de fruta Opción de leche	25 Medallón de pollo c/pan integral Pavo y adobo c/pan Ensalada especial Pizza Smucker cacahuate#/merm. vara de queso Puré de papas Rebanadas de pepino fresco Opciones de fruta Opción de leche	26 Jamón(T) y queso c/pan integral Macarrón c/queso (poca grasa y sal) Ensalada especial Nachos integrales c/queso y salsa Bolsa de Doritos para preparar Trozos de papa frita Zanahorias chicas frescas c/aderezo Galleta integral Opciones de fruta y leche
29 Pollo rostizado c/palito de pan Mini Banderillas - C Ensalada especial Torta Trozos de pizza c/marinara Puré de papas Zanahorias chicas frescas c/aderezo Opciones de fruta Opción de leche	30 Tacos suaves* Pollo a la naranja Yang Ensalada especial Pizza Torta Brócoli fresco c/aderezo Arroz y chícharos Galleta de la Fortuna Opción de fruta y leche	31 Trozos integrales de mozzarella marinara Pechuga de pavo Deli c/pan integral Ensalada especial Trozos integrales de pollo c/pan integral PIZZA WILD MIKE Frijoles horneados * Jitomatitos Opciones de fruta y leche	 Precios del almuerzo: Estudiantes \$2.50 Adultos \$3.50 Leche extra \$.35	La leche está incluida con el almuerzo 3 opciones: descremada, 1% blanca o descremada de chocolate, poca azúcar (T) = Contiene pavo * = Contiene cerdo # = Contiene nueces o cacahuates C = Contiene pollo

Enero

Menú del Almuerzo de la Secundaria

2018

"Esta institución es un proveedor de oportunidades igualitarias"