

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
2 -No Hay Escuela-	3 -No Hay Escuela-	4 - No Hay Escuela	5 - No Hay Escuela	6 - No Hay Escuela -
9 - No Hay Escuela -	10 Rosca de Canela o Cereal Grano Integral** Coctel de Fruta Mixta 100% Jugo de Fruta	11 French Toast Sticks o Cereal Grano Integral ** Tocino de Pavo Fruta Fresca al Día 100% Jugo de Fruta	12 Panqueques con Glaseada de Canela o Cereal Grano Integral ** Puré de Manzana 100% Jugo de Fruta	13 Bagel Grano Integral o Cereal Grano Integral ** Durazno Enlatado 100% Jugo de Fruta
16 -No Hay Escuela-	17 Yogur Parfait o Cereal Grano Integral ** Pera Enlatada 100% Jugo de Fruta	18 Waffles o Cereal Grano Integral ** Beef Sausage Patty Puré de Manzana 100% Jugo de Fruta	19 Rollo de Panqueque con Salchicha * o Cereal Grano Integral ** Durazno Enlatado 100% Jugo de Fruta	20 Pizza de Desayuno o Cereal Grano Integral ** Fruta Fresca al Día 100% Jugo de Fruta
23 Rosca de Canela o Cereal Grano Integral ** Trocitos de Piña 100% Jugo de Fruta	24 Burrito de Desayuno. Huevo con Queso o Cereal Grano Integral ** Tocino de Pavo Coctel de Fruta Mixta 100% Jugo de Fruta	25 Huevo con Queso y Pan o Cereal Grano Integral ** Salsa Fruta Fresca al Día 100% Jugo de Fruta	26 Panqueques con Glaseada de Canela o Cereal Grano Integral ** Puré de Manzana 100% Jugo de Fruta	27 Bagel Grano Integral o Cereal Grano Integral ** Durazno Enlatado 100% Jugo de Fruta
30 Muffin Grano Integral o Cereal Grano Integral ** Puré de Manzana 100% Jugo de Fruta	31 Sándwich: Huevo, Jamón de Pavo y Queso o Cereal Grano Integral ** Fruta Fresca al Día 100% Jugo de Fruta	Menú sujeto a cambio. *Contiene producto de puerco. ** Cereal Frosted Mini Spooners y Marshmallow Mateys contienen producto de puerco. Cereal Honey Scooters no contiene producto de puerco.		

\$ ¡Gane Dinero Extra! \$
Solicitan Ayuda

Suplentes para Food Service
\$11.84 por hora
Ofrecen puestos de 2-4 horas
por día.

Solicite en línea al:
www.edjoin.org

Puede comprar comida antemano
en línea al:
www.myschoolbucks.com

Cada comida se sirve con
opción de: leche 1% baja grasa
o sin grasa Chocolateada.



MONDAY

- No Hay Escuela -

2

TUESDAY

- No Hay Escuela -

3

WEDNESDAY

- No Hay Escuela -

4

THURSDAY

- No Hay Escuela -

5

FRIDAY

- No Hay Escuela -

6

- No Hay Escuela -

9

Corn Dog
Galleta Animal Crackers
Chicharos
Maíz Enlatado
Ejotes
Vegetales Mixtos
Coctel de Fruta Mixta
Fruta Fresca al Día

10

Sándwich de Pavo y Queso
Ensalada Verde
Palitos de Zanahoria
Brócoli
Palitos de Apio
Trocitos de Piña
Fruta Fresca al Día

11

Pizza de Pepperoni * o Pizza de Queso
Pavo Picado
Frijoles Pintos
Ensalada Verde
Palitos de Zanahoria
Brócoli
Coctel de Fruta Mixta
Fruta Fresca al Día

12

Chicken Nuggets
Goldfish Cheddar Crackers
Ensalada Verde
Ejotes
Variedad de Vegetal
Variedad Vegetal Fresco
Peras Enlatadas
Fruta Fresca al Día

13

- No Hay Escuela -

16

Día de Martin Luther King Jr.

Teriyaki Beef Nuggets
Pan Grano Integral
Puré de Papas
Ensalada Verde
Palitos de Zanahoria
Vegetales Mixtos
Brócoli
Trocitos de Piña
Gajos de Naranja

17

Enchiladas de Queso
Frijoles Refritos
Ensalada Verde
Salsa
Palitos de Jicama
Maíz Enlatado
Coctel de Fruta Mixta
Fruta Fresca al Día

18

Sándwich Chicken Patty
Ensalada Verde
Palitos de Apio
Palitos de Zanahoria
Brócoli
Peras Enlatadas
Fruta Fresca al Día

19

Hot Dog
Cheez Its
Ensalada Verde
Variedad de Frijoles
Variedad Vegetal Fresco
Variedad de Vegetal
Puré de Manzana
Fruta Fresca al Día

20

Chicken Nuggets
Goldfish Cheddar Crackers
Ensalada Verde
Palitos de Zanahoria
Brócoli
Gelatina con Fruta*
Durazno Enlatado
Manzana Fresca

23

Pizza de Queso
Ensalada Verde
Palitos de Zanahoria
Vegetales Mixtos
Palitos de Apio
Puré de Manzana
Gajos de Naranja

24

French Toast Sticks
Salchicha de Res
Queso Rallado
Ensalada Verde
Ejotes
Brócoli
Trocitos de Piña
Fruta Fresca al Día

25

Cheeseburger
Ensalada Verde
Brócoli
Palitos de Apio
Tomate Cherry
Coctel de Fruta Mixta
Fruta Fresca al Día

26

Chicken Drumstick
Biscuit Grano Integral
Frijoles Negros
Ensalada Verde
Maíz Enlatado
Variedad Vegetal Fresco
Peras Enlatadas
Fruta Fresca al Día

27

Pizza de Pepperoni * o Pizza de Queso
Pavo Picado
Alubias Rojas
Ensalada Verde
Palitos de Zanahoria
Brócoli
Trocitos de Piña
Manzana Fresca

30

Burrito de Frijole.
Ensalada Verde
Palitos de Apio
Palitos de Jicama
Vegetales Mixtos
Durazno Enlatado
Gajos de Naranja

31

Kiwi

será incluido en la barra de ensalada el jueves, 19 de enero



Kiwis son una fuente excelente de Vitaminas C y K. También es buena fuente de fibra. Vitamina C ayuda sanar cortadas y heridas. También ayuda bajar el riesgo de infección.

Kiwis son buenos para algo rápido. Solo se corta, y listo. ¡Hasta pueden comerse la cáscara para fibra extra!



\$ ¡Gane Dinero Extra! \$
Solicitan Ayuda

Suplentes para
Food Services

\$11.84 por hora

Ofrecen puestos de 2-4 horas
al día.

Solicite en línea al:
www.edjoin.org

Puede comprar comida
antemano en línea al:
www.myschoolbucks.com

Menú sujeto a cambio.

*Contiene producto de puerco.

Cosas en negrita son
para la barra de ensalada.

Cada comida se sirve con
opción de: leche 1% baja
grasa
o sin grasa chocolateada.

MONDAY

-No Hay Escuela-

2

TUESDAY

- No Hay Escuela -

3

WEDNESDAY

- No Hay Escuela

4

THURSDAY

- No Hay Escuela

5

FRIDAY

- No Hay Escuela -

6

- No Hay Escuela -

9

Corn Dog
o
Burrito de Frijoles
Animal Crackers
Chicharos
Maíz Enlatado
Ejotes
Vegetales Mixtos
Coctel de Fruta Mixta
Fruta Fresca al Día

10

Sándwich de Pavo y Queso
o
Yogur, Queso y Muffin
Ensalada Verde
Palitos de Zanahoria
Brócoli
Palitos de Apio
Trocitos de Piña
Fruta Fresca al Día

11

Pizza Pepperoni*
o
Sándwich Tostado de Queso
Pavo Picado
Frijoles Pintos
Ensalada Verde
Palitos de Zanahoria
Brócoli
Coctel de Fruta Mixta
Fruta Fresca al Día

12

Chicken Nuggets
o
Pizza de Queso
Goldfish Cheddar Crackers
Ensalada Verde
Ejotes
Variedad de Vegetal
Variedad de Vegetal Fresco
Pera Enlatada
Fruta Fresca al Día

13

- No Hay Escuela -

16

Día de Martin Luther King Jr.

Teriyaki Beef Nuggets
o
Chicken Drumstick
Pan Grano Integral
Puré de Papas
Ensalada Verde
Palitos de Zanahoria
Vegetales Mixtos
Brócoli
Trocitos de Piña
Gajos de Naranja

17

Enchiladas de Queso
o
Pizza Pepperoni*
Frijoles Refritos
Ensalada Verde
Salsa
Palitos de Jicama
Maíz Enlatado
Coctel de Fruta Mixta
Fruta Fresca al Día

18

Sándwich Chicken Patty
o
Burrito de Frijoles
Ensalada Verde
Palitos de Apio
Palitos de Zanahoria
Brócoli
Pera Enlatada
Fruta Fresca al Día

19

Hot Dog
o
Graham Cracker Sticks,
Sunbutter y Queso Mozzarella
Cheez Its
Ensalada Verde
Variedad de Frijoles
Variedad de Vegetal Fresco
Variedad de Vegetal
Puré de Manzana
Fruta Fresca al Día

20

Chicken Nuggets
o
Cheesy Breadsticks
Goldfish Cheddar Crackers
Salsa Marinara
Ensalada Verde
Palitos de Zanahoria
Brócoli
Gelatina con Fruta*
Durazno Enlatado
Manzana Fresca

23

Pizza de Queso
o
Sándwich de Pavo y Queso
Ensalada Verde
Palitos de Zanahoria
Vegetales Mixtos
Palitos de Apio
Puré de Manzana
Gajos de Naranja

24

French Toast Sticks
Salchicha de Res
o
Con Dog
Queso Rallado
Ensalada Verde
Ejotes
Brócoli
Trocitos de Piña
Fruta Fresca al Día

25

Cheeseburger
o
Sándwich Tostado de Queso
Ensalada Verde
Brócoli
Palitos de Apio
Tomate Cherry
Coctel de Fruta Mixta
Fruta Fresca al Día

26

Chicken Drumstick
o
Muffin, Queso Mozzarella y Trail Mix
Biscuit Grano Integral
Frijoles Negros
Ensalada Verde
Maíz Enlatado
Variedad de Vegetal Fresco
Pera Enlatada
Fruta Fresca al Día

27

Pizza Pepperoni*
o
Sándwich de Pavo y Queso
Pavo Picado
Alubias Rojas
Ensalada Verde
Palitos de Zanahoria
Brócoli
Trocitos de Piña
Manzana Fresca

30

Burrito de Frijoles
o
Chicken Nuggets
Ensalada Verde
Palitos de Apio
Palitos de Jicama
Vegetales Mixtos
Durazno Enlatado
Gajos de Naranja

31

Kiwi

será incluido en la barra de ensalada el jueves, 19 de enero.



Kiwis son una fuente excelente de Vitaminas C y K. También es buena fuente de fibra. Vitamina C ayuda sanar cortadas y heridas. También ayuda bajar el riesgo de infección.

Kiwis son buenos para algo rápido. Solo se corta, y listo. ¡Hasta pueden comerse la cáscara para fibra extra!

Harvest of the Month

\$ ¡Gane Dinero Extra! \$
Solicitan Ayuda

Suplentes para
Food Services

\$11.84 por hora

Ofrecen puestos de 2-4 horas
al día.

Solicite en línea al:
www.edjoin.org

Puede comprar comida
antemano en línea al:
www.myschoolbucks.com

Menú sujeto a cambio.

*Contiene producto de puerco.

Cosas en negrita son
para la barra de ensalada.

Cada comida se sirve con
opción de: leche 1% baja grasa
o sin grasa chocolateada.