

Brass City Charter School

OFRECIENDO COMIDAS FRESCAS Y SALUDABLES DIARIAMENTE

MENU DE ALMUERZO DICIEMBRE 2018

SERVICIO DIARIO INCLUYE: SURTIDO DE VEGETALES /ENSALADA Y FRUTAS FRESCAS; OPCIONES DE LECHE CON SABOR LIBRE DE GRASA O LECHE BLANCA 1%, ALTERNATIVAS ADICIONALES AL PLATO PRINCIPAL.

<p>3 MACARONES INTEGRALES CON QUESO ZANAHORIAS PAN INTEGRAL</p>	<p>4 HAMBURGUESA CON QUESO TROZOS DE PAPA AL HORNO KETCHUP</p>	<p>5 POLLO EN SALSAS NARANJA ARROZ INTEGRAL BROCCOLI PAN INTEGRAL</p>	<p>6 PALITOS DE PAN INTEGRAL CON QUESO SALSAS DE TOMATE</p>	<p>7 MEDIO DIA DE CLASES EMPAREDADO POLLO BUFFALO EN PAN INTEGRAL</p>
<p>10 CHILI DE PAVO CON HABICHUELAS & NACHOS</p>	<p>11 TAQUITOS INTEGRALES SUAVE DE POLLO QUESO RALLADO ARROZ INTEGRAL HABICHUELAS GUIADAS</p>	<p>12 TOSTADAS FRANCESAS INTEGRALES SALCHICHA DE PAVO TROZOS DE PAPA AL HORNO KETCHUP</p>	<p>13 MEDIO DIA DE CLASES EMPAREDADO DE QUESO AL HORNO EN PAN INTEGRAL</p>	<p>14 MEDIO DIA DE CLASES EMPAREDADO DE PAVO EN PAN INTEGRAL</p>
<p>17 SPAGHETTI INTEGRAL CARNE DE PAVO EN SALSAS DE TOMATE SALSAS MARINARA PAN INTEGRAL</p>	<p>18 POLLO AL HORNO ARROZ INTEGRAL HABICHUELAS GUIADAS PAN INTEGRAL</p>	<p>19 HAMBURGUESA CON QUESO TROZOS DE PAPA AL HORNO KETCHUP</p>	<p>20 EMPAREDADO DE ALBONDIGAS EN PAN INTEGRAL SALSAS MARINARA HABICHUELAS TIERNAS</p>	<p>21 MEDIO DIA DE CLASES EMPAREDADO POLLO BUFFALO EN PAN INTEGRAL</p>

EL SERVICIO DE COMIDAS PARA ESTUDIANTES CONSISTE DE: CARNES/SUSTITUTO DE CARNES, PANES PASTAS Y ARROZ DERIVADOS DE HARINA INTEGRAL, FRUTAS, VEGETALES Y LECHE. LOS ESTUDIANTES DEBEN ESCOGER COMO MINIMO 3 INCLUYENDO ½ TAZA DE FRUTA O VEGETALES Y 2 COMPONENTES ADICIONALES. PARA LA MEJOR NUTRICION RECOMENDAMOS QUE ESCOJAN 5 COMPONENTES! SOMOS UNA INSTITUCION QUE PROVEE IGUALDAD DE OPORTUNIDAD. MENU SUJETO A CAMBIOS.