

Brass City Charter School

OFRECIENDO COMIDAS FRESCAS Y SALUDABLES DIARIAMENTE

MENU DE ALMUERZO ENERO 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.

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	1 POLLO AL HORNO ARROZ INTEGRAL HABICHUELAS GUIADAS PAN INTEGRAL	2 PALITOS DE PAN INTEGRAL CON QUESO SALSA DE TOMATE	3 MEDIO DIA DE CLASES EMPAREDADO DE PAVO EN PAN INTEGRAL ZANAHORIAS, FRUTA, LECHE
7 TACOS SUAVE INTEGRAL POLLO LECHUGA ROMANA	8 SPAGHETTI INTEGRAL CARNE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE SALSA MARINARA PAN INTEGRAL	9 HAMBURGUESA CON QUESO TROZOS DE PAPA AL HORNO KETCHUP	10 TOSTADAS FRANCESAS INTEGRALES SALSA DE ARANDANO SALCHICHA DE PAVO HUEVO	11 MEDIO DIA DE CLASES EMPAREDADO POLLO BUFFALO EN PAN INTEGRAL INTEGRAL FRUTA, PASAS, LECHE
14 MACARONES INTEGRALES CON QUESO BRECOL PAN INTEGRAL	15 POLLO EN SALSA NARANJA ARROZ INTEGRAL BROCCOLI PAN INTEGRAL	16 CHILI DE PAVO CON HABICHUELAS & NACHOS INTEGRAL	17 PALITOS INTEGRAL CON QUESO SALSA MARINARA	18 MEDIO DIA DE CLASES YOGURT BAJJO EN GRASA GRANOLA FRUTA, 100% JUGO, LECHE
21 DIA FERIADO MARTIN LUTHER KING JR	22 EMPAREDADO DE ALBONDIGAS EN PAN INTEGRAL SALSA MARINARA HABICHUELAS TIERNAS	23 PAVO AL HORNO GRAVY PAPAS MAJADAS PAN INTEGRAL	24 EMPAREDADO DE POLLO EN PAN INTEGRAL BRECOL	25 MEDIO DIA DE CLASES EMPAREDADO DE QUESO AL HORNO EN PAN ZANAHORIAS, FRUTA, LECHE
28 HAMBURGUESA CON QUESO LECHUGA ROMANA	29 TOSTADAS FRANCESAS INTEGRALES SALSA DE ARANDANO SALCHICHA DE PAVO TROZOS DE PAPA AL HORNO KETCHUP	30 SPAGHETTI INTEGRAL CARNE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE SALSA MARINARA PAN INTEGRAL	31 TACO SUAVE INTEGRAL DE POLLO QUESO RALLADO ARROZ INTEGRAL HABICHUELAS GUIADAS	1 MEDIO DIA DE CLASES EMPAREDADO DE PAVO EN PAN INTEGRAL FRUTA, PASAS, LECHE

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.