

Brass City Charter School

OFRECIENDO COMIDAS FRESCAS Y SALUDABLES DIARIAMENTE

MENU DE ALMUERZO MAYO 2018

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

30 HAMBURGUESA CON QUESO TROZOS DE PAPA AL HORNO KETCHUP SURTIDO DE FRUTAS FRESCAS	1 TOSTADAS FRANCESAS INTEGRALES SALSA DE ARANDANO SALCHICHA DE PAVO CHICHAROS SURTIDO DE FRUTAS FRESCAS	2 POLLO AL HORNO ARROZ INTEGRAL HABICHUELAS GUIADAS PAN INTEGRAL SURTIDO DE FRUTAS FRESCAS	3 SPAGHETTI INTEGRAL CARNE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE SALSA MARINARA PAN INTEGRAL SURTIDO DE FRUTAS FRESCAS	4 MEDIO DIA DE CLASES
7 MACARONES CON QUESO BRECOL PAN INTEGRAL SURTIDO DE FRUTAS FRESCAS	8 PESCADO EMPANADO INTEGRAL ARROZ INTEGRAL PAN INTEGRAL COLIFLOR SURTIDO DE FRUTAS FRESCAS	9 EMPAREDADO DE PAVO EN PAN INTEGRAL SURTIDO DE VEGETALES FRESCOS SURTIDO DE FRUTAS FRESCAS	10 TAQUITOS SUAVE DE POLLO QUESO RALLADO ARROZ INTEGRAL HABICHUELAS GUIADAS SURTIDO DE FRUTAS FRESCAS	11 EMPAREDADO DE ALBONDIGAS Y SALSA MARINARA HABICHUELAS TIERNAS SURTIDO DE FRUTAS FRESCAS
14 POLLO EN SALSA NARANJA ARROZ INTEGRAL HABICHUELAS TIERNAS SURTIDO DE FRUTAS FRESCAS	15 SPAGHETTI INTEGRAL CARNE EN SALSA DE TOMATE SALSA MARINARA PAN INTEGRAL SURTIDO DE FRUTAS FRESCAS	16 HAMBURGUESA CON QUESO TROZOS DE PAPA AL HORNO KETCHUP SURTIDO DE FRUTAS FRESCAS	17 PAVO AL HORNO GRAVY ARROZ INTEGRAL HABICHUELAS GUIADAS SURTIDO DE FRUTAS FRESCAS	18 MEDIO DIA DE CLASES
21 PIZZA RELLENA DE QUESO SALSA MARINARA CALABACIN SURTIDO DE FRUTAS FRESCAS	22 PESCADO EMPANADO INTEGRAL ARROZ INTEGRAL PAN INTEGRAL COLIFLOR SURTIDO DE FRUTAS FRESCAS	23 TOSTADAS FRANCESAS INTEGRALES SALSA DE ARANDANO SALCHICHA DE PAVO TROZOS DE PAPA AL HORNO KETCHUP SURTIDO DE FRUTAS FRESCAS	24 POLLO AL HORNO ARROZ INTEGRAL HABICHUELAS GUIADAS PAN INTEGRAL SURTIDO DE FRUTAS FRESCAS	25 PALITOS DE PAN INTEGRAL CON QUESO SALSA DE TOMATE CALABACINES*COLIFLOR SURTIDO DE FRUTAS FRESCAS
28 DIA DE LA RECORDACION	29 MACARONES CON QUESO BRECOL PAN INTEGRAL SURTIDO DE FRUTAS FRESCAS	30 CHILI DE PAVO & NACHOS HABICHUELAS SURTIDO DE FRUTAS FRESCAS	31 EMPAREDADO DE QUESO AL HORNO SOPA DE TOMATE SURTIDO DE FRUTAS FRESCAS	1 MEDIO DIA DE CLASES

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 RECOMENTAMOS QUE ESCOJAN 5 COMPONENTES! SOMOS UNA INSTITUCION QUE PROVEE IGUALDAD DE OPORTUNIDAD. MENU SUJETO A CAMBIOS.