



Unir a nuestra comunidad a través de opciones de alimentos diversos nutritivos y deliciosos.



**Tipo de nutrición:** Incluye cereales integrales. Trate de hacer que al menos la mitad de sus granos sean integrales. Busque las palabras "100% grano integral" o "100% trigo integral" en la etiqueta del alimento. Los cereales integrales proporcionan más nutrientes, como la fibra, que los cereales refinados. Reference: USDA MyPlate



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



Cerdo Desmenuzaso  
Rollo De Trigo  
Frijoles Horneados  
Manzana  
Leche

4

Macarrones Con Carne  
Espinaca  
Frutas Mixtas  
Leche

5

Pollo A La Barbacoa  
Rollo De Trigo  
Guisantes  
Peras  
Leche

6

Macarrones Con Queso  
Tomates Guisados  
Duraznos  
Leche

7

Pizza De Trigo Y Queso  
Judías Verdes  
Frutas Mixtas  
Leche

1

Salteado De Pollo Con  
Rollo De Trigo  
Espinaca  
Peras  
Leche

11

Albóndiga Italiana  
Rollo De Trigo  
Habas  
Rodajas De Manzana  
Leche

12

Pollo Asado Con  
Rollo De Trigo  
Zanahoria  
Trozos De Piña  
Leche

13

Sloppy Joe En  
Rollo De Trigo  
Maíz  
Coctel De Frutas  
Leche

14

Pizza De Trigo Y Queso  
Judías Verdes  
Naranjas  
Leche

15

Pavao Y Queso En  
Rollo De Trigo  
Bròcoli  
Peras  
Leche

18

Chile Con  
Rollo De Trigo  
Zanahoria  
Duraznos  
Leche

19

Pavo Caliente En  
Pan De Trigo  
Batatas  
Compota De Manzana  
Leche

20

Hamburguesa Y Queso  
Rollo De Trigo  
Guisantes  
Piñas  
Leche

21

Pizza De Trigo Y Queso  
Judías Verdes  
Naranjas  
Leche

22

25

FESTIVO - CERRADO

VACACIONES DE  
INVIERNO -  
CERRADO

26



27



28



29

