





Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				1 Elección del Cocinero Bolsa de Zanahoria (7) Ensalada Verde Fresca (5.81) Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16)
4 Burrito Extremo (40.95) Garbanzo (12) Frijoles Rancheros (21) Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16) Sobre de Salsa para Taco (1)	5 Chimichanga - carne de Res (43) Bolsa de Zanahoria (7) Garbanzo (12) Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16)	6 Pollo Agridulce (18) Arroz Integral (18.59) Ruedas de Pepino (1.89) Ensalada China de Pollo (8) Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16)	7 Hamburguesa de Pollo (45) Lechuga y Tomate (2.14) Ensalada de Estación Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16)  Paquete de Ketchup (3)	8 Elección del Cocinero Bolsa de Zanahoria (7) Ensalada Verde Fresca (5.81) Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16)
11 Salchicha de Pollo Empanizada de Maíz (27.8) Elote (19.8) Frijoles Horneados (20) Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16) Paquete de Ketchup (3) Paquete de Mostaza (0)	21 Hamburguesa – Carne de Res (29.8) Tortitas de Papa con Queso (16) Lechuga y Tomate (2.14) Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16) Paquete de Ketchup (3)	13 Mini Hamburguesa (31.2) Papas Enroscadas (15) Ruedas de Pepino (1.89) Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16) Paquete de Ketchup (3)	14 Burrito Fiesta (56) Bolsa de Zanahoria (7) Ensalada Taco Fiesta (7.91) Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16) Sobre de Salsa para Taco (1)	15 Nachos con Queso (27) Sandwich de Maní con Jalea de Fresa (34) Frijoles Pintos (18) Jícama (5.73) Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16)
18 Envuelto de Pepperoni (31) Frijoles Rancheros (21) Garbanzo (12) Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16) 	19 Hot Dog – Carne de Res (30) Tortitas de Papa con Queso (16) Ensalada Mixta (4.320) Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16) Paquete de Ketchup (3) Paquete de Mostaza	20 Pollo Naranja (19) Arroz Integral (18.59) Jícama (5.73) Ensalada China de Pollo (8) Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16)	21 Pechuga de Pollo Crujiente (14) Puré de Papas (17) Ensalada Verde con Arándanos (9) Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16)	22 Rollos de Queso Slammer (33.53) Bolsa de Zanahoria (7) Salsa Marinara (7) Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16)
25 Burrito de Pollo y Arroz (37) Bolsa de Zanahoria (7) Frijoles Rancheros (21) Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16) Sobre de Salsa para Taco (1)	26 Tamal de Pollo (26) Elote (19.8) Ensalada Taco Fiesta (7.91) Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16) Sobre de Salsa para Taco (1)	27 Tacos de Pollo (33) Queso Cheddar Rallado (1) Ensalada de Pollo Picante (3) Lechuga y Tomates (3.6) Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16) Sobre de Salsa para Taco (1)	28 Nuggets de Pollo - Diseño de Murciélago (16) Tortitas de Papa (16) Ensalada Mixta (4.32) Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16) Taza de Salsa BBQ (10) Paquete de Ketchup (3)	29 Elección del Cocinero Bolsa de Zanahoria (7) Ensalada Verde Fresca (5.81) Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16) 

Octubre 2021

Menú de Almuerzo

Todos los artículos con pan son de pan integral

Menú sujeto a cambios

Usted puede consultar nuestra póliza visitando el Departamento de Servicio de Nutrición en rsdshafter.org

Esta institución es un proveedor de oportunidades iguales