

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

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|--|---|--|---|---|
| |  | | | 1 Elección del Cocinero Bolsa de Zanahoria (7) Ensalada Verde Fresca (5.81) Jugo Surtido Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16) |
| 4 Burrito Extremo (40.95) Hot Dog con Carne Molida en Salsa y Queso (32.53) Garbanzo (12) Frijoles Rancheros (21) Fruta de Temporada Raspado de Cereza Limón (22) Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16) Sobre de Salsa para Taco (1) | 5 Pan Francés (37) Mini Panqueques (43) Yogur (21) Raspado (22) Ruedas de Pepino (1.89) Jugo Surtido Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16) | 6 Pollo Agridulce (18) Arroz Integral (18.59) Rollo de Pollo (20) 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) Taza de Macarrón y Queso (30) Lechuga y Tomate (2.14) Ensalada de Estación Fruta de Temporada Raspado de Cereza Limón (22) 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) Jugo Surtido Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16) |
| 11 Salchicha de Pollo Empanizada de Maiz (27.8) Mini Sandwich de Albóndigas (32) 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) Burrito Extremo (40.95) Tortitas de Papa con Queso (16) Lechuga y Tomate (2.14) Jugo Surtido Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16) Paquete de Ketchup (3) Sobre de Salsa para Taco (1) | 13 Mini Hamburguesa (31.2) Hamburguesa de Pollo (39) 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) Taquito de Pollo (27) Bolsa de Zanahoria (7) Ensalada Taco Fiesta (7.91) Fruta de Temporada Raspado de Cereza Limón (22) Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16) Sobre de Salsa para Taco (1) | 15 Nachos con Queso (27) Sandwich de Mani con Jalea de Fresa (34) Sandwich de Pavo y Queso (32) Frijoles Pintos (18) Lechuga y Tomate (2.14) Jugo Surtido Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16) |
| 18 Envuelto de Pepperoni (31) Envuelto de Pavo (31) Frijoles Rancheros (21) Garbanzo (12) Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16) Sobre de Salsa para Taco (1)  | 19 Hot Dog - Carne de Res (30) Burrito de Salsa Verde (28) Tortitas de Papa con Queso (16) Ensalada Mixta (4.32) Jugo Surtido 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) Rollo de Pollo (20) Jicama (5.73) Ensalada China de Pollo (8) Fruta de Temporada Raspado de Cereza Limón (22) Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16) | 21 Pechuga de Pollo Crujiente (14) Pieza de Pan con Queso (30) Puré de Papas (17) Ensalada Verde con Arándanos (9) Salsa Marinara (7) Fruta de Temporada Raspado de Cereza Limón (22) Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16) | 22 Rollos de Queso Slammer (33.53) Pizza de Pan Francés con Pepperoni (33) Bolsa de Zanahoria (7) Salsa Marinara (7) Jugo Surtido Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16) |
| 25 Burrito de Pollo y Arroz (37) Quesadilla (30.61) 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) Pizza de Queso (27) Elote (19.8) Ensalada Taco Fiesta (7.91) Jugo Surtido Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16) Sobre de Salsa para Taco (1) | 27 Tacos de Pollo (33) Sandwich de Queso a la Parrilla (30.96) Queso Cheddar Rallado (1) Ensalada de Pollo Picante (3) Lechuga y Tomates (3.6) Jugo Surtido 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) Enchiladas de Pollo (49) Tortitas de Papa (16) Ensalada Mixta (4.32) Raspado de Cereza Limón (22) 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) Jugo Surtido Fruta de Temporada Leche de Chocolate Descremada (22) Leche Blanca 1% (16)  |