



OPCIONES DE MENÚ DE LA ESCUELA SECUNDARIA

DESAYUNO: Plato Principal, Fruta, Jugo, Leche

ALMUERZO: Plato Principal, Vegetales (elija 2), Fruta (elija 2), Leche

*Indica Producto de Cerdo
+Posible rastro de sésamo debido al fabricante
++Posibles rastro de cacahuates o nueces de árbol debido al fabricante

Elección de leche con el desayuno y almuerzo

• 1% Blanca
• Sin Lactosa

• Chocolate Descremada
• Leche de Soja

LUNES

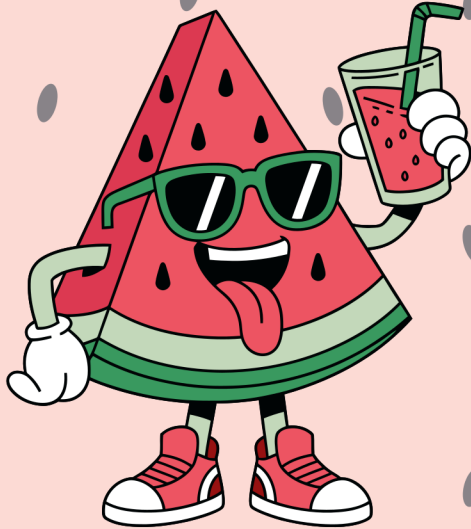
MARTES

MIÉRCOLES

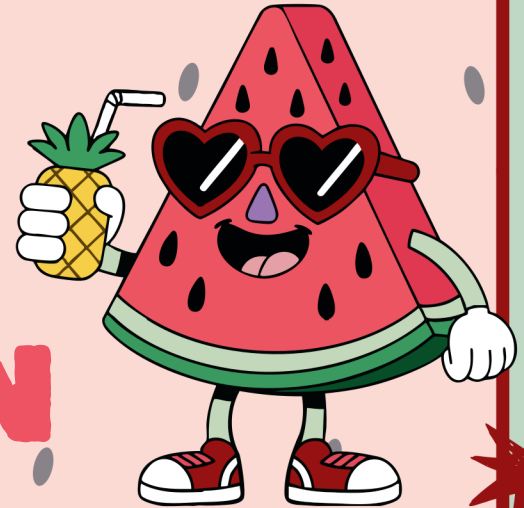
JUEVES

VIERNES

HAGAMOS QUE ESTE AÑO ESCOLAR...



UNO EN UN MELÓN



17

Pan Plano con Salchicha y Queso O
Elige 2: Cereal, Yogur o Pop Tart
Fruta, Jugo y Leche

Chicken Nuggets w/Homemade Roll
Italian Salad*
Yogurt Combo
Nacho Box

Mashed Potatoes w/Gravy
Cucumber Slices w/Tajín
Celery Sticks & Grape Tomatoes
Sandía Fresca /
Natural Applesauce

18

Taco de Tocino y Huevo O
Taco de Frijoles y Queso O
Elige 2: Cereal, Yogur o Barra Cereal
Fruta, Jugo y Leche

Pizza Meatzza* o Pizza de Queso
Ensalada de Pollo Crujiente
Combo de Sándwich WOW+
Wrap de Pollo Empanizado c/Salsa Boss

Sabrosos Ejotes
Tomates y Pepinos Sazonados
Tiras de Apio c/Hummus
Uvas sin Semilla / Pera en Rodajas

19

Bizcocho y Salchicha* O
Elige 2: Cereal, Yogur o Barra NutriGrain
Fruta, Jugo y Leche

Tacos de Carne Crujiente
c/Arroz Mexicano
Ensalada Italiana*
Combo de Yogur
Combo de Sándwich WOW+

Frijoles Rancheros
Guarnición para Tacos
Zanahorias Crujientes y Tomates Uva
Manzana en Rodajas /
Pasas Agrias de Limón

20

Pan de Calabaza O
Elige 2: Cereal, Yogur o Muffin de Plátano
Fruta, Jugo y Leche

Pollo General Tso con Arroz Frito
Ensalada de Pollo Picante
Combo de Sándwich WOW+
Wrap de Pollo Picante c/Ranch

Sabrosos Guisantes
Tiras de Pepino y Jicama con Tajín
Tiras de Apio y Zanahorias Crujientes
Plátano / Puré de Manzana de Fresa

21

Kolache de Salchicha* O
Elige 2: Cereal, Yogur o Pop Tart
Fruta, Jugo y Leche

BYO: Tazon de Carne o Pollo Burrito
Ensalada de Pollo Asiática
Combo de Yogur
Cajita de Nachos

Elote a la Mexicana
Guarnición para Burrito
Zanahorias Crujientes c/Dip
Manzana Gala / Cóctel de Frutas

24

Wrap de Panqueque y Salchicha O
Elige 2: Cereal, Yogur o Pop Tart
Fruta, Jugo y Leche

Tiras de Pollo con Pan de Maíz
Ensalada Italiana*
Combo de Yogur
Cajita de Nachos

Puré de Papas con Gravy
Ensalada de Brócoli*
Zanahorias Crujientes c/Dip
Sonrisas de Naranja /
Pera en Rodajas

25

Día de Granizados
Taco de Papa, Huevo y Salchicha* O
Taco de Frijoles y Queso O
Elige 2: Cereal, Yogur o Barra Cereal
Fruta, Jugo y Leche

Fettuccine de Pollo Alfredo c/Pan de Ajo
Ensalada de Pollo Crujiente
Combo de Sándwich WOW+
Wrap de Pollo Empanizado c/Salsa Boss

Sabrosos Ejotes
Ensalada Mixta con Aderezo
Pimientos Rojo y Zanahorias Crujientes
Sandía Fresca /
Granizado Paradise Punch

26

Bizcocho y Pollo O
Elige 2: Cereal, Yogur o Barra NutriGrain
Fruta, Jugo y Leche

Nachos con Queso y Carne
Ensalada Italiana*
Combo de Yogur
Combo de Sándwich WOW+

Frijoles Rancheros
Elote a la Mexicana
Tiras de Apio y Tomates Uva
Uvas sin Semillas o
Puré de Manzana Natural

27

Rollo de Canela Casero O
Elige 2: Cereal, Yogur o Muffin de Plátano
Fruta, Jugo y Leche

Tazón de Fideos Asiáticos c/Rollito
Ensalada de Pollo Picante
Combo de Sándwich WOW+
Wrap de Pollo Picante c/Ranch

Verduras Salteadas
Tomates y Pepinos Sazonados
Ensalada Mixta con Aderezo
Plátano / Durazno en Rodajas

28

Mini Donas y Salchicha* O
Elige 2: Cereal, Yogur o Pop Tart
Fruta, Jugo y Leche

Alitas Deshuesadas BBQ o Buffalo
c/Mac N Chz
Ensalada de Pollo Asiática
Combo de Yogur
Cajita de Nachos

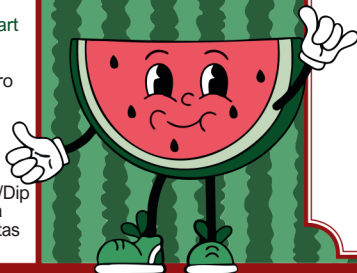
Sabrosos Guisantes
Tiras de Apio y Zanahorias Crujientes
Tiras de Pepino con Tajín
Sonrisas de Naranja
/ Pera en Rodajas

31

Panqueques de Confeti O
Elige 2: Cereal, Yogur o Pop Tart
Fruta, Jugo y Leche

Tiras de Carne con Pan Casero
Ensalada Italiana*
Combo de Yogur
Cajita de Nachos

Puré de Papas con Gravy
Variedad de Verduras Crudos c/Dip
Tiras de Apio y Tomates Uva
Sandía Fresca / Cóctel de Frutas



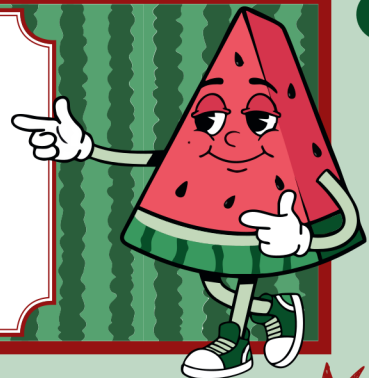
**Servicios de Nutrición
Escolar está contratando
\$14.11 la hora**



Visite: schoolcafe.com/
NorthEastSD o descargue la
aplicación School Café para
acceder a la información de su
cuenta de comidas y realizar
pagos y solicita comidas gratis o
a precio reducido

Menú sujeto a cambios

No hay cargos por efectivo o cheques pagados
directamente en la cafetería



Esta institución da servicio a todos por igual.