

## OPCIONES DEL MENÚ

DESAYUNO	ALMUERZO
Plato Principal	Plato Principal
Fruta	Vegetales (Elije 2)
Jugo	Fruta (Elije 2)
Leche	Leche



# NEAC Enero

## SELECCIÓN DE LECHE

1% Blanca  
Chocolate Descremada  
Sin Lactosa  
Leche Soja



El menú está sujeto a cambios.

## LUNES

## MARTES

## MIERCOLES

## JUEVES

## VIERNES

FELIZ  
AÑO  
NUEVO!!

Día Nacional del Frijol!  
**Taco de Frijoles con Queso** 6  
O Elije 2:  
Cereal, Yogur o Barra de Cereal  
Fruta, Jugo y Leche

Pizza de Pepperoni\* o Pizza de Queso  
Sándwich Wow+ con Tira de Queso

**Frijoles Horneados**  
Tiras de Apio y Tomates Uva  
Sonrisas de Naranja  
Pera en Rodajas

Bizcocho y Pollo 7  
O Elije 2:  
Cereal, Yogur o Barra Nutrigrain  
Fruta, Jugo y Leche

Tacos Crujiente de Came con Arroz Mexicano  
Combo de Yogur y Chex

Frijoles Rancheros  
Guarnición para Tacos  
Manzana Granny Smith  
Durazno en Rodajas

Mini Donas y Salchicha\* 8  
O Elije 2:  
Cereal, Yogur o Muffin de Plátano  
Fruta, Jugo y Leche

Raviolis Empanizados y Tiras de Queso  
c/Marinara  
Sándwich Wow+ con Tira de Queso  
Ensalada Italiana\*

Ejotes Italianas  
Mezcla de Verduras Crudos con Dip  
Plátano  
Puré de Manzana de Fresas

Waffle Holandes 9  
O Elije 2:  
Cereal, Yogur o Pop Tart  
Fruta, Jugo y Leche

Tiras de Pollo con Pan de Maíz  
Combo de Yogur y Granola

Puré de Papas con Gravy  
Zanahorias Crujientes con Dip  
Manzana en Rodajas  
Cóctel de Frutas

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

Salchicha Empanizada de Maíz  
Combo de Yogur y Granola

Papas Hashbrown Picantes  
Tiras de Apio y Zanahorias Crujiente  
Papitas de Manzana Crujiente  
Durazno en Rodajas

12

Taco de Chorizo y Huevo 13  
O Elije 2:  
Cereal, Yogur o Barra de Cereal  
Fruta, Jugo y Leche

Pollo Asiático Dulce con Arroz Frito  
Sándwich Wow+ con Tira de Queso  
Ensalada de Pollo Crujiente

Zanahorias Crujiente con Dip  
Rebanadas de Pepino con Tajín  
Manzana en Rodajas  
Fresas con Crema

Bizcocho y Salchicha\* 14  
O Elije 2:  
Cereal, Yogur o Barra Nutrigrain  
Fruta, Jugo y Leche

Nachos de Res con Queso  
Nachos con Queso  
Combo de Yogur y Chex

Frijoles Rancheros  
Tiras de Apio y Tomates Uva  
Uvas sin Semillas  
Puré de Manzana Natural

Croissant de Jamón y Queso\* 15  
O Elije 2:  
Cereal, Yogur o Muffin de Plátano  
Fruta, Jugo y Leche

Tiras de Pizza de Queso con Marinara  
Sándwich Wow+ con Tira de Queso  
Ensalada Italiana\*

Brócoli con Queso  
Ensalada Mixta con Aderezo  
Plátano  
Pasas de Sandía Ácida

Tazón de Huevo Sunrise, Salchicha y Papas\* 16  
O Elije 2:  
Cereal, Yogur o Pop Tart  
Fruta, Jugo y Leche

Pollo y Waffles  
Combo de Yogur y Granola

Frijoles Horneados  
Mezcla de Verduras Crudos c/Dip  
Manzana Granny Smith  
Pera en Rodajas

VACACIONES  
ESCOLARES

Taco de Frijoles con Queso 20  
O Elije 2:  
Cereal, Yogur o Barra de Cereal  
Fruta, Jugo y Leche

Alitas BBQ Deshuesadas y Pan de Maíz  
Sándwich Wow+ con Tira de Queso  
Ensalada de Pollo Crujiente

Brócoli con Queso  
Mezcla de Verduras Crudos c/Aderezo  
Uvas sin Semillas  
Puré de Manzana Natural

Muffin de Arándanos y Salchicha\* 21  
O Elije 2:  
Cereal, Yogur o Barra Nutrigrain  
Fruta, Jugo y Leche

Enchiladas de Queso con Chili y  
Arroz Mexicano  
Combo de Yogur y Chex

Frijoles Rancheros  
Zanahorias Crujiente con Dip  
Manzana en Rodajas  
Pasas de Arándano de Fresa

Waffle Holandés 22  
O Elije 2:  
Cereal, Yogur o Muffin de Plátano  
Fruta, Jugo y Leche

Pizza de Pepperoni\* o de Queso  
Sándwich Wow+ con Tira de Queso  
Ensalada Italiana\*

Elote con Mantequilla  
Ensalada Mixta con Aderezo  
Plátano  
Fresas con Crema

Croissant de Jamón y Queso\* 23  
O Elije 2:  
Cereal, Yogur o Pop Tart  
Fruta, Jugo y Leche

Nuggets de Pollo con Pan de Maíz  
Combo de Yogur y Granola

Puré de Papas con Gravy  
Tiras de Apio y Tomates Uva  
Sonrisas de Naranja  
Durazno en Rodajas

Pollo y Waffles  
O Elije 2:  
Cereal, Yogur o Pop Tart  
Fruta, Jugo y Leche

Sándwich de Pollo Empanizado +  
Combo de Yogur y Granola

Papas Hashbrown Picantes  
Guarnición para Hamburguesa  
Manzana Granny Smith  
Peras en Rodajas

26

**Nuevo! Taco de Papa, Huevo y Salchicha\*** 27  
O Elije 2:  
Cereal, Yogur o Barra de Cereal  
Fruta, Jugo y Leche

Pollo General Tso + con Arroz Frito  
Sándwich Wow+ con Tira de Queso  
Ensalada de Pollo Crujiente

Ejotes Sabrosos  
Ensalada Mixta con Aderezo  
Papitas de Manzana Crujiente  
Cocel de Frutas

Mini Donas y Salchicha\* 28  
O Elije 2:  
Cereal, Yogur o Barra Nutrigrain  
Fruta, Jugo y Leche

Frito Pie  
Combo de Yogur y Chex

Frijoles Rancheros  
Rebanadas de Pepino con Tajín  
Uvas sin Semillas  
Puré de Manzana Natural

Panqueques Confeti 29  
O Elije 2:  
Cereal, Yogur o Muffin de Plátano  
Fruta, Jugo y Leche

Espaguetis c/Salsa de Carne o Marinara y  
Pan c/Queso  
Sándwich Wow+ con Tira de Queso  
Ensalada Italiana\*

Elote con Mantequilla  
Zanahorias Crujiente con Dip  
Manzana en Rodajas  
Durazno en Rodajas

Pan Plano con Salchicha y Queso 30  
O Elije 2:  
Cereal, Yogur o Pop Tart  
Fruta, Jugo y Leche

Tiras de Carne con Pan de Maíz  
Combo de Yogur y Granola

Puré de Papas con Gravy  
Zanahorias Crujiente y Tomates Uva  
Sonrisas de Naranja  
Pasas de Sandía Ácida

 Servicios de Nutrición  
Escolar está contratando  
\$14.11 la hora

\* Indica producto de cerdo  
+ Posible rastro de sésamo debido al fabricante.



Para consultar los menús actuales y próximos, visite el sitio web de los  
Servicios de Nutrición Escolar de NEISD o  
[schoolCafe.com/NorthEastISD](http://schoolCafe.com/NorthEastISD), o descargue la aplicación School Café.

Esta institución da servicio a todos por igual.