

Ir Local en Almuerzo con #FarmFreshTexas alimentos! Busca en el menú las comidas marcadas con un 🍷 y apoya lo local con NEISD

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

Elección de leche con el desayuno y almuerzo

• 1% Blanca • Chocolate Descremada • Sin Lactosa • Leche de Soja

++Posibles rastro de cacahuetses o nueces de arbol debido al fabricante

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Servicios de Nutrición Escolar está contratando \$14.11 la hora



Visite: schoolcafe.com/NorthEastISD 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

5

Tiras de Pan Francés O
Elige 2: Cereal, Yogur o Pop Tart
Fruta, Jugo y Leche

Nuggets de Pollo con Pan Casero
Ensalada Italiana
Combo de Yogur
Cajita de Nachos

Puré de Papa c/Gravy
Brócoli c/Queso
Tiras de Apio y Zanahorias Crujiente
Manzana en Rodajas / Pera en Rodajas

6

(Día Nacional del Taco)

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

Espaguetis c/Salsa de Carne O Marinara y Pan c/Queso
Ensalada de Pollo Crujiente
Cajita Bento de Hummus
Wrap de Pollo Empanizado c/salsa Boss

Sabrosos Ejotes
Ensalada Mixta c/Ranch
Mezcla de Verduras Crudas c/Dip
Sandía Fresca / Cóctel de Frutas

7

Bizcocho y Salchicha O
Elige 2: Cereal, Yogur o Barra Nutri Grain
Fruta, Jugo y Leche

Frito Pie con Queso y Pan de Maíz
Ensalada Italiana
Combo de Yogur
Combo de Sándwich WOW+

Frijoles Rancheros
Ensalada Mixta c/Ranch
Tiras de Pepino c/Tajín
Uvas sin Semillas / Puré de Manzana

8

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

Sándwich Tostado de Queso
Sopa de Tomate
Ensalada de Pollo Picante
Combo de Sándwich WOW+
Wrap de Pollo Picante con Ranch

Tater Tots
Pimientos Rojo y Tomates Uva
Tiras de Pepino y Jicama c/Tajín
Manzana Granny Smith / Arándanos con Crema

9

Pumpkin Parade
OCT. 5-8

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

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

Elote Estilo Mexicano
Guarniciones para Burrito
Zanahorias Crujiente c/Dip
Uvas sin Semillas / Cóctel de Frutas



13

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

Pollo y Waffles
Ensalada de Pollo Crujiente
Cajita Bento de Hummus
Wrap de Pollo Empanizado c/salsa Boss

Sabrosos Ejotes
Tomates y Pepino Sazonados
Zanahorias con Hummus
Manzana Gala / Pera en Rodajas

14

Bizcocho y Salchicha O
Elige 2: Cereal, Yogur o Barra Nutri Grain
Fruta, Jugo y Leche

Tacos Crujiente de Carne c/Arroz Mexicano
Ensalada Italiana
Combo de Yogur
Cajita de Nachos

Frijoles Rancheros
Guarniciones para Tacos
Zanahorias Crujiente y Tomates Uva
Manzana en Rodajas / Durazno en Rodajas

15

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 con Ranch

Sabrosos Guisantes
Tiras de Pepino y Jicama c/Tajín
Tiras de Apio y Zanahorias Crujiente
Plátano Fresco / Craisins de Fresa

16

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

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

Elote Estilo Mexicano
Guarniciones para Burrito
Zanahorias Crujiente c/Dip
Uvas sin Semillas / Cóctel de Frutas

19

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 Papa c/Gravy
Ensalada de Brocoli*
Zanahorias Crujiente c/Dip
Sonrisas de Naranja / Pera en Rodajas

20

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

Pizza Meatza* o Pizza de Queso
Ensalada de Pollo Crujiente
Cajita Bento de Hummus
Wrap de Pollo Empanizado c/salsa Boss

Sabrosos Ejotes
Ensalada Mixta c/Ranch
Pimientos Rojo y Zanahorias Crujiente
Sandía Fresca / Fresas con Crema

21

*Bizcocho y Pollo O
Elige 2: Cereal, Yogur o Barra Nutri Grain
Fruta, Jugo y Leche

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

Frijoles Rancheros
Mexican Street Corn
Tiras de Apio y Tomates Uva
Uvas sin Semillas / Puré de Manzana

22

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 con Ranch

Verduras Salteadas
Tomates y Pepino Sazonados
Ensalada Mixta c/Ranch
Plátano Fresco / Craisins de Fresa

23

(Día de Granizado!)

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

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

Sabrosos Guisantes
Tiras de Apio y Zanahorias Crujiente
Tiras de Pepino c/Tajín
Manzana Granny Smith / Granizado Lone Star Luau

26

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 Papa c/Gravy
Mezcla de Verduras Crudas c/Dip
Tiras de Apio y Tomates Uva
Sandía Fresca / Cóctel de Frutas

27

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

Pizza Meatza* o Pizza de Queso
Ensalada de Pollo Crujiente
Cajita Bento de Hummus
Wrap de Pollo Empanizado c/salsa Boss

Sabrosos Ejotes
Ensalada Mixta c/Ranch
Tiras de Apio c/Hummus
Uvas sin Semillas / Puré de Manzana

28

Pollo y Waffles O
Elige 2: Cereal, Yogur o Barra Nutri Grain
Fruta, Jugo y Leche

Enchiladas de Queso y Arroz Mexicano
Ensalada Italiana
Combo de Yogur
Combo de Sándwich WOW+

Frijoles Rancheros
Tiras de Pepino y Jicama c/Tajín
Pimientos Rojo y Tomates Uva
Manzana en Rodajas / Pasas de Sandía Ácidas

29

Muffin de Arándanos y Salchicha O
Elige 2: Cereal, Yogur o Muffin de Plátano
Fruta, Jugo y Leche

Pollo Asiático Dulce con Arroz Frito
Ensalada de Pollo Picante
Combo de Sándwich WOW+
Wrap de Pollo Picante con Ranch

Sabrosos Guisantes
Pimientos Rojo y Zanahorias Crujiente
Ensalada Mixta c/Ranch
Plátano Fresco / Fresas con Crema

30

(Día Nacional de Tiras de Pan!)

Waffle Holandés O
Elige 2: Cereal, Yogur o Pop Tart
Fruta, Jugo y Leche

BYO Papa al Horno Rellena c/Tira de Pan
Ensalada de Pollo Asiática
Combo de Yogur
Cajita de Nachos

Coliflor Sabor Buffalo
Zanahorias Crujiente c/Dip
Tiras de Pepino c/Tajín
Sonrisas de Naranja / Durazno en Rodajas