

Pre K 4 SA Menú - Dieta Regular



Semana 3		Lunes 11 de octubre de 2021	Martes 12 de octubre de 2021	Miércoles 13 de octubre de 2021	Jueves 14 de octubre de 2021	Viernes 15 de octubre de 2021
DESAYUNO	No Hay Clases Conferencias de padres y profesores		Pizza de Desayuno 1 cada u Peras Condimentadas 1/2 taza Leche 1 cada u	Muffin de Manzana y Canela 1 cada u Gajos de Naranja 4 cada u Leche 1 cada u	Emparedado Bagel 1 cada u Pavo y Queso 1 onza. Manzana Fresca 1 cada u Leche 1 cada uno	Tazón de Cereales 1 cada uno Plátano Fresco 1 cada uno Leche 1 cada uno
COMIDA	No Hay Clases Conferencias de padres y profesores		Pollo Teriyaki 1/2 taza Arroz con Cilantro 1/4 taza Brócoli Cocido al Vapor 1/4 taza Mandarinas 1/4 taza Leche 1 cada u	Lasaña Italiana 1 cada u Bastón de Pan de Ajo 1/2 cada u Mezcla de Verduras de Normal 1/4 taza Pera Fresca 1 cada u Leche 1 cada u	Emparedado de Albóndigas 1 cada u Albóndigas 4 cada u Croquetas de Patata 1/4 taza Taza de Melocotón 1 cada u Leche 1 cada u Salsa de Tomate 1 cada u	Mini Pizza 1 cada uno Pepperoni con Queso y Pavo 2 onzas. Galletas de Trigo Integral 1 onza. Mini Zanahorias 1/2 taza Taza de Frutas Mixtas 1 cada uno Leche 1 cada uno Aderezo Ranchero 1 cada uno
REFRIGERIOS	No Hay Clases Conferencias de padres y profesores		Bastón de Queso Colby 1 onza. Pera Fresca 1/2 taza	Taza de Yogur de Fresa y Plátano 4 onzas. Granola 1 onza.	Cheerios de Multicereales 1 onza. Jugo 100% de Naranja 4 onzas.	Salsa de Frijoles Negros 2 onzas. Tortillas de Maíz Integral 1 onza.

Semana 4		Lunes 18 de octubre de 2021	Martes 19 de octubre de 2021	Miércoles 20 de octubre de 2021	Jueves 21 de octubre de 2021	Viernes 22 de octubre de 2021
DESAYUNO		Panecillo 1 cada u Rodajas de Manzana con C 1/2 taza Leche 1 cada u Gelatina 1 cada uno	Tazón de Cereales 1 cada u Gajos de Naranja 4 unidades Leche 1 cada u	Emparedado de Muffin Inglés 1 cada u Huevo y Queso 2 onzas Melocotones 1/2 taza Leche 1 cada u	Mini Waffles 3 cada u Embutido de Pavo en Ristra 1 cada u Compota de Manzana* 1/2 taza Leche 1 cada u Jarabe 1 cada uno	Bagel 1 cada uno Queso Crema 1 cada uno Plátano Fresco 1 cada uno Leche 1 cada uno
COMIDA		Bocaditos de Pollo 3 cada u Arroz Integral 1/4 taza Mezcla de Verduras de Nor 1/4 taza Taza de Frutas Mixtas 1 cada u Leche 1 cada u Salsa de Tomate 1 cada uno	Pollo al Horno 1 cada u Bollo de Grano Integral 1 cada u Puré de Patatas 1/4 taza Piña 1/4 taza Leche 1 cada u	Chile con Pavo 1/2 taza Muffin de Pan de Elote 1 cada u Verduras Mixtas 1/4 taza Compota de Manzana 1/4 taza Leche 1 cada u	Taco de Fajita de Pollo 1 cada u Tortilla de 6 " 1 cada u Brócoli 1/4 taza Taza de Fruta de Pera 1 cada u Leche 1 cada u	Emparedado de Pollo Deli 1 cada uno Mini Zanahorias 1/2 taza Taza de Fruta Mandarina 1 cada uno Leche 1 cada uno Aderezo Ranchero 1 cada uno Bollo Kaiser
REFRIGERIOS		Taza de Compota de Manzana 4 onzas. Galletas Graham WG 1 onza.	Taza de Yogur de Fresa y Plátano 4 onzas. Pera Fresca 1 cada u	Mini Zanahorias 1/2 taza Sun Chips Sin Nada 1 onza.	Jugo 100% de Ponche de Frutas 4 onzas. Galletas de Grano Integral 1 onza.	Combinación de Cereales Chex C 1 onza. Queso en Hebras 1 onza.

DIETA REGULAR