

BABY



Black Bean

Meet Your Nutritious Friend:
Baby Black Bean

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
		1 Croissant de huevo y queso Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	2 <u>Medio día</u> Para llevar Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	3 <u>No hay escuela</u>
6 <u>No hay escuela</u>	7 Pizza de bagel para el desayuno Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	8 Panqueque y salchicha en un palito Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	9 Palitos de tostada francesa con sirope Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	10 Gofre holandés Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham
13 Mini panqueques de arce Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	14 Pizza de bagel para el desayuno Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	15 Huevo, salchicha y queso Muffin inglés Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	16 Chispas de chocolate Tostada francesa Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	17 Media luna rellena de chocolate Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham
20 Mini rollos de canela Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	21 Pizza de bagel para el desayuno Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	22 Tortilla de queso con tostadas Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	23 Palitos de tostada francesa con sirope Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	24 Mini confeti Panqueques Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham
27 Mini panqueques de arce Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	28 Pizza de bagel para el desayuno Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	29 Huevo, salchicha y queso en un bagel Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	30 Chispas de chocolate Tostada francesa Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	

¿Qué es una comida?

Debes elegir al menos 3 de los 4 componentes disponibles para el precio del desayuno escolar.

- Opción de grano integral
- Elección de proteína
- Selección de fruta
- Elección de leche

El desayuno reembolsable debe ir acompañado de una porción mínima de ½ taza de fruta o verdura.

Cereales integrales (servidos con Graham) Galletas)

Cinnamon Toast Crunch, Trix, Cocoa Puffs, Fruity Cheerios, Rice Crunch, Kix, Cheerios, Froot Loops, Frosted Flakes

Selección de fruta

Frutas frescas de temporada, fruta en conserva en almibar ligero, zumo 100% de fruta.

Elección de leche

Chocolate blanco sin grasa al 1% y fresa

(V) Vegetarian

Estos productos no contienen carne, aves ni mariscos, pero pueden contener lácteos y/o huevo.

(VG) Vegano

Estos artículos no contienen ningún producto de origen animal.

Tu equipo

Ryan Shissler, Gerente General
570.654.2415 ext. 4196
ma1147@metzcorp.com

Precios de las comidas

Desayuno para estudiantes \$0.00
Desayuno para profesores \$3.00



Metz
CULINARY MANAGEMENT
ENVIRONMENTAL SERVICES

BABY



**Meet Your Nutritious Friend:
Baby Black Bean**

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	¿Qué es una comida?
		1 Mini salchichas rebozadas Hamburguesa de pollo en panecillo VERDURAS DESTACADAS Brócoli al vapor Verduras frescas	2 <u>Medio día</u> Jamón y queso caliente en pan de pretzel Hamburguesa de pollo en panecillo VERDURAS DESTACADAS Guisantes verdes sazonados Verduras frescas	3 <u>No hay escuela</u>	Debes elegir al menos 3 de los 5 componentes disponibles para el precio del almuerzo escolar. - Opción de grano integral - Elección de proteína - Elección de verduras - Selección de fruta - Elección de leche
6 <u>No hay escuela</u>	7 Tacos suaves de carne Tiras de pollo con Roll VERDURAS DESTACADAS Maíz al vapor Verduras frescas	8 Hamburguesa con queso en pan Tiras de pollo con Roll VERDURAS DESTACADAS Guisantes verdes sazonados Verduras frescas	9 Filete Salisbury con Fideos con mantequilla Tiras de pollo con Roll VERDURAS DESTACADAS Verduras mixtas al vapor Verduras frescas	10 Pan francés Pizza (V) Tiras de pollo con Roll VERDURAS DESTACADAS Zanahorias al vapor Verduras frescas	Un almuerzo reembolsable debe ir acompañado de una porción mínima de ½ taza de fruta o verdura. Elección de verduras Verduras calientes, ensalada de hojas verdes, ensalada de judías verdes, verduras frescas de temporada
13 Sloppy Joe en un panecillo Nuggets de pollo con Vanilla de pretzel VERDURAS DESTACADAS Papas fritas onduladas Verduras frescas	14 Tacos para caminar con Doritos Nuggets de pollo con Vanilla de pretzel VERDURAS DESTACADAS Maíz al vapor Verduras frescas	15 Mini salchichas rebozadas Nuggets de pollo con Vanilla de pretzel Mini salchichas rebozadas Nuggets de pollo con Vanilla de pretzel	16 Pollo Alfredo con Penne Pasta y pan de ajo Nuggets de pollo con Vanilla de pretzel VERDURAS DESTACADAS Brócoli al vapor Verduras frescas	17 Queso con corteza rellena Pizza (V) Nuggets de pollo con Vanilla de pretzel VERDURAS DESTACADAS Zanahorias al vapor Verduras frescas	Selección de fruta Frutas frescas de temporada, fruta en conserva en almíbar ligero, zumo 100% de fruta.
20 Hamburguesa con queso en un panecillo Hamburguesa de pollo en panecillo VERDURAS DESTACADAS Papas fritas onduladas Verduras frescas	21 Sándwich de costillas de cerdo a la barbacoa Hamburguesa de pollo en panecillo VERDURAS DESTACADAS Maíz al vapor Verduras frescas	22 Palitos de tostada francesa con salchichas Hamburguesa de pollo en panecillo VERDURAS DESTACADAS Tater Tots Verduras frescas	23 Macarrones con queso (V) Hamburguesa de pollo en panecillo VERDURAS DESTACADAS Tomates al vapor Verduras frescas	24 Pizza con queso (V) Hamburguesa de pollo en panecillo VERDURAS DESTACADAS Judías verdes sazonadas Verduras frescas	Elección de leche Chocolate blanco sin grasa al 1% y fresa
27 Bol de pollo con palomitas de maíz Panecillo Tiras de pollo con Roll VERDURAS DESTACADAS Maíz sazonado Verduras frescas	28 Albóndigas italianas con queso en un panecillo Tiras de pollo con Roll VERDURAS DESTACADAS Maíz al vapor Verduras frescas	29 Jamón y queso caliente en pan de pretzel Tiras de pollo con Roll VERDURAS DESTACADAS Tater Tots Verduras frescas	30 Lasaña de queso con ajo Palitos de pan (V) Tiras de pollo con Roll VERDURAS DESTACADAS Guisantes verdes al vapor Verduras frescas		Alternativas diarias Ensalada fresca de entrada del Semana Antojos Sándwiches o wraps de embutidos semanales (V) Vegetarian Estos productos no contienen carne, aves ni mariscos, pero pueden contener lácteos y/o huevo. (VG) Vegano Estos artículos no contienen ningún producto de origen animal.

Tu equipo

Ryan Shissler, Gerente General
570.654.2415 ext. 4196
ma1147@metzcorp.com

Precios de las comidas

Almuerzo para estudiantes \$0.00
Almuerzo del profesorado \$4.85

