

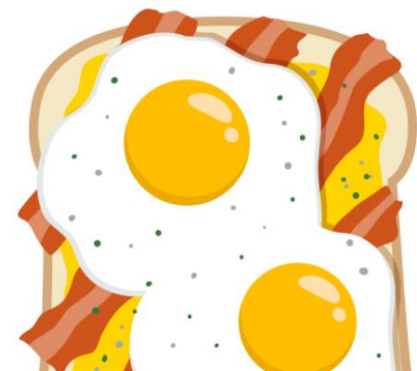
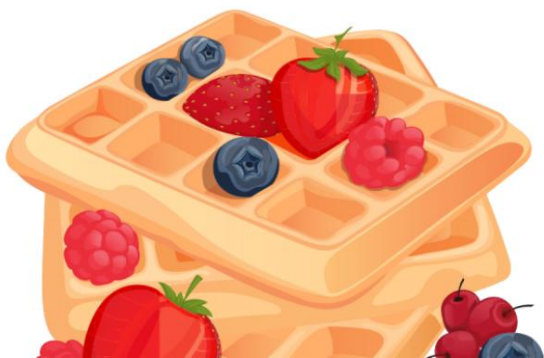








Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
				1	<p>¿Qué es una comida?</p> <p>Debes elegir al menos 3 de los 4 componentes disponibles para el precio del desayuno escolar.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Opción de grano integral - Elección de proteína - Selección de fruta - Elección de leche <p>El desayuno reembolsable debe ir acompañado de una porción mínima de ½ taza de fruta o verdura.</p> <p>Cereales integrales (servidos con Graham) Galletas)</p> <p>Cinnamon Toast Crunch, Trix, Cocoa Puffs, Fruity Cheerios, Rice Crunch, Kix, Cheerios, Froot Loops, Frosted Flakes</p> <p>Selección de fruta</p> <p>Frutas frescas de temporada, zumo 100% de fruta.</p> <p>Elección de leche</p> <p>Chocolate blanco sin grasa al 1% y fresa</p> <p>(V) Vegetarian Estos productos no contienen carne, aves ni mariscos, pero pueden contener lácteos y/o huevo.</p> <p>(VG) Vegano Estos artículos no contienen ningún producto de origen animal.</p>
				Strudel de manzana	
				Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	
4	5	6	7	8	
Mini rollos de canela	Pizza de bagel para el desayuno	Huevo, salchicha y queso Cuerno	Mini chispas de chocolate francesas Tostada	Smoothie de tarta de manzana con galletas Graham	
Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	
11	12	13	14	15	
Mini donas de arándanos	Pizza de desayuno	Banana Split de desayuno	Palitos de tostada francesa con sirope	<u>Medio día</u> Para llevar	
Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	
18	19	20	21	22	
Palitos glaseados de Dunkin	Pizza de bagel para el desayuno	Huevo, salchicha y queso Cuerno	Mini chispas de chocolate francesas Tostada	Gofre holandesés	
Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	
25	26	27	28	29	
<u>No hay escuela</u>	Pizza de desayuno	Fresas con crema Smoothie Bowl con galletas Graham	Palitos de tostada francesa con sirope	Strudel de manzana	
	Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	Surtido de cereales o barritas de cereales con galletas Graham	
<p>Tu equipo</p> <p>Ryan Shissler, Gerente General 570.654.2415 ext. 4196 ma1147@metzcorp.com</p>		<p>Precios de las comidas</p> <p>Desayuno para estudiantes \$0.00</p> <p>Desayuno para profesores \$3.00</p>			

El menú está sujeto a cambios según la disponibilidad de los productos. Esta institución ofrece igualdad de oportunidades laborales.



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday				
 <p>¡Pasta! Dos pastas a elegir cada día, salsas que varían a diario, pan recién horneado, bruschetta fresca y queso parmesano con hierbas. Personalizable para (V)</p>								
				<p>1</p> <p>Caminando con Doritos Tacos</p> <p>VERDURAS DESTACADAS Maíz al vapor Verduras frescas</p>				
 <p>¡Comida mexicana de Poblano! Elige entre tortillas suaves o crujientes, totopos, carne de res, pollo o cerdo sazonados, queso para nachos, frijoles refritos rancheros, arroz, maíz estilo Mexicali y una variedad de salsas. Personalizable para (V)</p>								
<p>4</p> <p>Puré de pollo estilo palomitas de maíz Bol de patata con panecillo</p> <p>VERDURAS DESTACADAS Maíz al vapor Verduras frescas</p>	<p>5</p> <p>Fajitas de pollo con pimientos y cebollas</p> <p>VERDURAS DESTACADAS Bruselas con chile dulce Verduras frescas</p>	<p>6</p> <p>Albóndigas italianas y queso en panecillo de carne</p> <p>VERDURAS DESTACADAS Papas fritas rizadas Verduras frescas</p>	<p>7</p> <p>Pollo o birria de res Filete de queso</p> <p>VERDURAS DESTACADAS Papas fritas onduladas al horno Verduras frescas</p>	<p>8</p> <p>Pierogis rellenos</p> <p>VERDURAS DESTACADAS Batata asada Verduras frescas</p>				
 <p>¡Bar de comida asiática! Elige entre Lo Mein, arroz blanco, pollo frito, arroz frito con cerdo, salteado de verduras o brócoli al vapor. Mezclado con la salsa de su elección: agridulce, salsa de naranja o salsa General Tso.</p>								
<p>11</p> <p>Hamburguesa con queso Tazón de patatas fritas</p> <p>VERDURAS DESTACADAS Tater Tots Verduras frescas</p>	<p>12</p> <p>Carne de res o pollo Nachos Grande</p> <p>VERDURAS DESTACADAS Dip de frijoles refritos rancheros Verduras frescas</p>	<p>13</p> <p>Pollo Alfredo con Pasta Penne y Tostada de ajo</p> <p>VERDURAS DESTACADAS Brócoli sazonado Verduras frescas</p>	<p>14</p> <p>Sloppy Joe en racha</p> <p>VERDURAS DESTACADAS Papas fritas Sidewinder Verduras frescas</p>	<p>15</p> <p><u>Medio día</u> Salchicha de maíz en un palito</p> <p>VERDURAS DESTACADAS Brócoli con limón y parmesano Verduras frescas</p>				
 <p>¡Bar de papas fritas con extras! Selección rotativa de carne de res para tacos, cerdo desmenuzado, pollo búfalo o chili. Variedad de ingredientes que incluyen salsa de queso, jalapeños, salsa, crema agria, tocino y más.</p>								
<p>18</p> <p>Pasta con salsa de carne y pan de ajo</p> <p>VERDURAS DESTACADAS Verduras mixtas al vapor Verduras frescas</p>	<p>19</p> <p>Pollo con sésamo sobre arroz frito</p> <p>VERDURAS DESTACADAS Verduras orientales Verduras frescas</p>	<p>20</p> <p>Sándwich de cerdo a la barbacoa en Ciabatta tostada</p> <p>VERDURAS DESTACADAS Papas fritas Verduras frescas</p>	<p>21</p> <p>Palitos de tostada francesa con hamburguesa de salchicha</p> <p>VERDURAS DESTACADAS Tater Tots Verduras frescas</p>	<p>22</p> <p>Dip de pollo Buffalo con totopos</p> <p>VERDURAS DESTACADAS Calabacín asado a la parmesana Verduras frescas</p>				
 <p>¡Bar de burritos! Selección rotativa de carne de res para tacos, cerdo desmenuzado y pollo búfalo. Variedad de ingredientes que incluyen salsa de queso, jalapeños, salsa, crema agria, tocino y más.</p>								
<p>25</p> <p><u>No hay escuela</u></p>	<p>26</p> <p>Doritos Taco andante</p> <p>VERDURAS DESTACADAS Maíz dorado al vapor Verduras frescas</p>	<p>27</p> <p>Macarrones con queso (V) Con rollo</p> <p>VERDURAS DESTACADAS Tomates guisados Verduras frescas</p>	<p>28</p> <p>Puré de pollo estilo palomitas de maíz Bol de patata con panecillo</p> <p>VERDURAS DESTACADAS Maíz dorado al vapor Verduras frescas</p>	<p>29</p> <p>Quesadilla de queso (V)</p> <p>VERDURAS DESTACADAS Coliflor asada a la barbacoa Verduras frescas</p>				
<p>Tu equipo</p> <p>Ryan Shissler, Gerente General 570.654.2415 ext. 4196 ma1147@metzcorp.com</p>								
<p>Precios de las comidas</p> <table border="0"> <tr> <td>Almuerzo para estudiantes</td> <td>\$0.00</td> </tr> <tr> <td>Almuerzo del profesorado</td> <td>\$4.85</td> </tr> </table>					Almuerzo para estudiantes	\$0.00	Almuerzo del profesorado	\$4.85
Almuerzo para estudiantes	\$0.00							
Almuerzo del profesorado	\$4.85							
								

¿Qué es una comida?

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

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, verduras frescas de temporada

Selección de fruta

Frutas frescas de temporada, fruta en conserva en almibar ligero,

Elección de leche

Chocolate blanco sin grasa al 1% y fresca

Alternativas diarias

Ensaladas frescas como plato principal

Pizza de pepperoni y queso

Sándwiches y wraps de charcutería

Hamburguesas, hamburguesas con queso,

Pollo normal y picante

Empañada

(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.

