

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Offered Daily
			1 Mini Cinnis  Cereales variados o barra de cereales con galletas Graham	2 Tostada de canela rellena Pan crujiente  Cereales variados o barra 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. - Elección de grano integral - Elección de proteínas - Elección de fruta - Elección de leche
5 Panqueques de confeti  Cereales variados o barra de cereales con galletas Graham	6 Pizza de bagel de desayuno  Cereales variados o barra de cereales con galletas Graham	7 Tortilla de queso con tostadas  Cereales variados o barra de cereales con galletas Graham	8 Palitos de tostada francesa con Jarabe  Cereales variados o barra de cereales con galletas Graham	9 Waffle holandés  Cereales variados o barra de cereales con galletas Graham	Una porción mínima de ½ taza de fruta o verdura debe acompañar un desayuno reembolsable.  Cereales integrales (servidos con Graham Galletas) Tostada de canela crujiente, Trix, Bolitas de cacao, Cheerios con sabor a fruta, Arroz crujiente, Kix, Cheerios, Froot Loops, copos glaseados
12 Mini panqueques de fresa  Cereales variados o barra de cereales con galletas Graham	13 Strudel de manzana  Cereales variados o barra de cereales con galletas Graham	14 Huevo y queso en Muffin inglés  Cereales variados o barra de cereales con galletas Graham	15 Chocolate Chip French Tostada  Cereales variados o barra de cereales con galletas Graham	16 <u>Medio día</u> Surtido Grab N' Go  Cereales variados o barra de cereales con galletas Graham	Elección de fruta Frutas frescas de temporada, 100% zumo de fruta
19 Queso crema de fresa Bagel relleno  Cereales variados o barra de cereales con galletas Graham	20 Panqueques de confeti  Cereales variados o barra de cereales con galletas Graham	21 Huevo y queso en Cuerno  Cereales variados o barra de cereales con galletas Graham	22 Crema de fresa Bagel relleno de queso  Cereales variados o barra de cereales con galletas Graham	23 Mini fiesta de arándanos Gofres  Cereales variados o barra de cereales con galletas Graham	Elección de leche 1% o sin grasa blanco, chocolate, vainilla y fresa
26 <u>No hay escuela</u> Día de los Caídos 	27 Pizza de bagel de desayuno  Cereales variados o barra de cereales con galletas Graham	28 Tortilla de queso con tostadas  Cereales variados o barra de cereales con galletas Graham	29 Palitos de tostada francesa con Jarabe  Cereales variados o barra de cereales con galletas Graham	30 Mini waffles de canela  Cereales variados o barra de cereales con galletas Graham	(V) Vegetarian Estos artículos no contienen carne, aves ni mariscos, pero pueden contener lácteos y/o huevos. (VG) Vegano Estos artículos no contienen ningún producto animal.
Tu equipo Ryan Shissler, gerente general 570.654.2415 ext. 4196 <a href="mailto:ma1147@metzcorp.com">ma1147@metzcorp.com</a>			Precios de las comidas Desayuno estudiantil \$0.00 Desayuno de la facultad \$3.00		 <b>Metz</b> CULINARY MANAGEMENT ENVIRONMENTAL SERVICES

Menu subject to change due to product availability. This institution is an equal opportunity provider and employer.



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Offered Daily
<b>BRAVO!</b> ¡Poblanos Mexicanos! Opción de tortillas blandas o duras, totopos, carne sazónada de res, pollo o cerdo, queso nacho, frijoles refritos Ranch, arroz, maíz Mexicali y variedad de salsas.					<b>¿Qué es una comida?</b> Debes elegir al menos 3 de los 5 componentes disponibles para el precio del almuerzo escolar. - Elección de grano integral - Elección de proteínas - Elección de Verduras - Elección de fruta - Elección de leche
			<b>1</b> Macarrones con queso cremosos con panecillo VEGETALES DESTACADOS Tomates guisados Verduras frescas Fruta fresca Elección de leche	<b>2</b> Costilla de cerdo a la barbacoa en rollo VEGETALES DESTACADOS Brócoli sazónado Verduras frescas Fruta fresca Elección de leche	
<b>BRAVO!</b> ¡Bar de pastas! Selección de dos pastas del día, salsas del día alternadas, panecillos recién horneados, pollo, albóndigas de res y queso mozzarella.					Una porción mínima de ½ taza de fruta o verdura debe acompañar un almuerzo reembolsable.
<b>5</b> Feria estatal Corn Dog en un palito VEGETALES DESTACADOS Papas fritas Verduras frescas Fruta fresca Elección de leche	<b>6</b> Carne de res o pollo Doritos Taco ambulante VEGETALES DESTACADOS Maíz sazónado Verduras frescas Fruta fresca Elección de leche	<b>7</b> Empanizado Tiras de pollo VEGETALES DESTACADOS Papas fritas Verduras frescas Fruta fresca Elección de leche	<b>8</b> Todo americano Perro caliente en un pan VEGETALES DESTACADOS Papas fritas onduladas al horno Verduras frescas Fruta fresca Elección de leche	<b>9</b> Pollo con arroz del General Tso VEGETALES DESTACADOS Brócoli al vapor Verduras frescas Fruta fresca Elección de leche	<b>Elección de verduras</b> Verduras calientes, ensalada de hojas, verduras frescas de temporada. <b>Elección de fruta</b> Frutas frescas de temporada, frutas enlatadas en almíbar ligero,
<b>BRAVO!</b> ¡Bar de Papas Fritas Cargadas! Selecciones rotativas 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.					<b>Elección de leche</b> 1% o sin grasa, blanco, chocolate y fresa
<b>12</b> Jamón y queso calientes en pan de pretzel VEGETALES DESTACADOS Brócoli al vapor Verduras frescas Fruta fresca Elección de leche	<b>13</b> Desayuno para el almuerzo Palitos de tostada francesa y salchichas para el desayuno VEGETALES DESTACADOS Tazón de fuente Verduras frescas Fruta fresca Elección de leche	<b>14</b> Dunkers italianos hechos a mano con salsa marinara VEGETALES DESTACADOS Judías verdes sazónadas Verduras frescas Fruta fresca Elección de leche	<b>15</b> Hamburguesa de vaquero con Queso, aros de cebolla y Salsa barbacoa ahumada con nogal VEGETALES DESTACADOS Papas fritas Verduras frescas Fruta fresca Elección de leche	<b>16</b> Medio día Feria estatal Corn Dog en un palito VEGETALES DESTACADOS Judías verdes sazónadas Verduras frescas Fruta fresca Elección de leche	<b>Alternativas diarias</b> Ensaladas frescas de entrada Pizza de pepperoni y queso Embutidos y empanizados Wraps de pollo
<b>BRAVO!</b> ¡Burritos! Selección rotativa de carne de res para tacos, cerdo desmenuzado y pollo búfalo. Variedad de ingredientes: salsa de queso, jalapeños, salsa, crema agria, tocino y más.					
<b>19</b> Albóndigas italianas Hoagie VEGETALES DESTACADOS Patatas gajo Verduras frescas Fruta fresca Elección de leche	<b>20</b> Pollo parmesano con pasta VEGETALES DESTACADOS Vegetales mixtos sazónados Verduras frescas Fruta fresca Elección de leche	<b>21</b> Macarrones con queso cremosos con panecillo VEGETALES DESTACADOS Tomates guisados Verduras frescas Fruta fresca Elección de leche	<b>22</b> Queso a la parrilla Sandwich VEGETALES DESTACADOS Sopa de tomate Verduras frescas Fruta fresca Elección de leche	<b>23</b> Quesadilla de queso con salsa y crema agria VEGETALES DESTACADOS Papas fritas Verduras frescas Fruta fresca Elección de leche	
<b>BRAVO!</b> ¡Bar de la Estación Asiática! Elige entre lo mein, arroz blanco, pollo popcorn, arroz con cerdo, salteado de verduras o brócoli al vapor. Mezclado con salsa a elección: agridulce, salsa de naranja o General Tso.					
<b>26</b> No hay escuela Día de los Caídos 	<b>27</b> Carne de res o pollo Nachos Grandes VEGETALES DESTACADOS Maíz sazónado Verduras frescas Fruta fresca Elección de leche	<b>28</b> ¡Tazón Patriota! Tazón de pollo con palomitas de maíz y puré de papas con panecillo VEGETALES DESTACADOS Maíz sazónado Verduras frescas Fruta fresca Elección de leche	<b>29</b> Ravioles rellenos de queso con salsa marinara y pan de ajo VEGETALES DESTACADOS Brócoli sazónado Verduras frescas Fruta fresca Elección de leche	<b>30</b> Dip de pollo búfalo Sobre tortillas chips VEGETALES DESTACADOS Judías verdes sazónadas Verduras frescas Fruta fresca Elección de leche	(V) Vegetarian Estos artículos no contienen carne, aves ni mariscos, pero pueden contener lácteos y/o huevos. (VG) Vegano Estos artículos no contienen ningún producto animal.
<b>Tu equipo</b> Ryan Shissler, Gerente General 570.654.2415 ext. 4196 ma1147@metzcorp.com			Precios de las comidas Almuerzo estudiantil \$0.00 Almuerzo de la facultad \$4.75		

Menu subject to change due to product availability. This institution is an equal opportunity provider and employer.

