

Daily Specials				
Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Breakfast: <u>Oatmeal</u> Honey Sweetened Rolled Oats with Cranberries Lunch: <u>Chicken Tenders</u> Whole Grain Chicken Tenders, Roasted Carrots & Whole Grain Roll	Breakfast: <u>Breakfast Sandwich</u> Scrambled Eggs, Cheese & English Muffin Lunch: <u>Turkey & Bean Chili</u> Three Beans, Turkey, Vegetables & Corn Muffin	Breakfast: <u>Breakfast Quesadilla</u> Egg, Green Chili & Cheese Quesadilla Lunch: <u>Chicken Fajita Burrito</u> Cumin & Oregano Roasted Chicken with Bell Peppers & Onion Soup: <u>Thai Coconut Soup</u>	Breakfast: <u>French Toast</u> Cinnamon & Nutmeg Lunch: <u>Pulled Pork Sandwich</u> Slow Braised Pork, Apple & Cabbage Salad & Whole Grain Roll	Breakfast: <u>Breakfast Burrito</u> Ham, Egg & Sweet Potato Lunch: <u>Beef Tacos</u> California-Guajillo Braised Beef, Whole Wheat Tortillas & Queso Fresco
<p>15 No School</p>	Breakfast: <u>Oatmeal</u> Honey Sweetened Rolled Oats, Raisins & Sunflower Seeds Lunch: <u>Pozole</u> Chicken, Hominy, Vegetables & Whole Grain Roll	Breakfast: <u>Seasonal Fruit Muffin</u> Lunch: <u>Sweet & Sour Chicken</u> Vegetable "Not Fried" Rice Soup: <u>White Bean & Kale Soup</u>	Breakfast: <u>Pancakes</u> Chia & Seasonal Fruit Lunch: <u>Chile Verde Burrito</u> Green Hatch Chile Verde Pork & Whole Grain Tortilla	Breakfast: <u>Vegetable & Egg Breakfast Burrito</u> Lunch: <u>Enchiladas</u> Kale, Corn & Beef Enchilada Casserole with Crema & Cilantro Grape Tomatoes
Breakfast: <u>Oatmeal</u> Honey Sweetened Rolled Oats with Cranberries Lunch: <u>Chicken Pasta</u> Zucchini & Rosemary Chicken, Penne Pasta & Parmesan Cheese	Breakfast: <u>Breakfast Sandwich</u> Scrambled Eggs, Cheese & English Muffin Lunch: <u>Spicy Beef Tostada</u> Salsa, Red Cabbage & Queso Fresco	Breakfast: <u>Breakfast Quesadilla</u> Egg, Green Chili & Cheese Lunch: <u>Roasted Turkey Sandwich</u> Mixed Greens, Red Onion & Tomato Soup: <u>Healthy Clam Chowder</u>	Breakfast: <u>French Toast</u> Cinnamon & Nutmeg Lunch: <u>Teriyaki Pork Bowl</u> Teriyaki Ginger Pork, Broccoli & Brown Rice	Breakfast: <u>Breakfast Burrito</u> Ham, Egg & Sweet Potato Lunch: <u>Meatball Sub Sandwich</u> San Marzano Tomato Braised Meatballs on Hoagie Roll
Breakfast: <u>Oatmeal</u> Honey Sweetened Rolled Oats, Raisins & Sunflower Seeds Lunch: <u>Cheddar & Beef Burger</u> Shredded Romaine, Tomato & Whole Grain Bun	Breakfast: <u>Breakfast Sandwich</u> Ham & Egg English Muffin Lunch: <u>Turkey & Bean Chili</u> Three Beans, Turkey, Vegetables & Corn Muffin	Breakfast: <u>Seasonal Fruit Muffin</u> Lunch: <u>Chicken Fajita Burrito</u> Cumin & Oregano Roasted Chicken with Bell Peppers & Onion Soup: <u>Minestrone</u>		

Choices Available Every Day
Breakfast: Granola Bar with yogurt, fruit, and milk (fat free or 1%) Lunch: Entrée salad bar, fruit, and milk Snack: A healthy afternoon snack packed with fresh fruits and vegetables, nuts, whole grains, and milk

Especial del Día				
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Desayuno: <u>Avena</u> Avena de miel con arándanos Almuerzo: <u>Tiras de Pollo</u> Tiras de pollo empanizado con harina integral, zanahoria rostizada y pan integral	Desayuno: <u>Sandwich de Desayuno</u> Huevos revueltos, queso y panecillo Almuerzo: <u>Chile con carne y frijol</u> Tres clases de frijol, pavo, vegetales y panecillo de elote	Desayuno: <u>Quesadilla</u> Quesadilla con huevo y chile verde Almuerzo: <u>Burrito de fajitas de pollo</u> Pollo rostizado con comino y orégano, pimentón y cebolla Sopa: <i>Sopa de coco tailandés</i>	Desayuno: <u>Pan francés</u> con canela y nuez moscada Almuerzo: <u>Sandwich de guisado de cerdo</u> Carne guisada a fuego lento, ensalada de manzana y repollo y panecillo integral	Desayuno: <u>Burrito de desayuno</u> Huevo, jamón y camote Almuerzo: <u>Tacos de carne</u> Carne guisada en salsa barbacoa con tortilla de maíz y queso fresco
<p>15</p> <p>No Hay Clases</p>	Desayuno: <u>Avena</u> Avena de miel con pasas y semillas de girasol Almuerzo: <u>Pozole</u> Pollo, maíz, vegetales y pan integral	Desayuno: <u>Panecillo con fruta de temporada</u> Almuerzo: <u>Pollo agridulce</u> Arroz no frito con vegetales Sopa: <i>Sopa de frijol blanco y col rizada</i>	Desayuno: <u>Panqueques</u> Chia y fruta de temporada Almuerzo: <u>Burrito de chile verde</u> Carne de cerdo con chile verde en tortilla de maíz	Desayuno: <u>Burrito de desayuno con huevo y vegetales</u> Almuerzo: <u>Enchiladas</u> Enchilada de carne de res y elote con crema y cilantro
Desayuno: <u>Avena</u> Avena de miel con arándanos Almuerzo: <u>Pasta con pollo</u> Pollo rostizado marinado con romero, calabacitas, pasta penne y queso parmesano	Desayuno: <u>Sandwich de Desayuno</u> Huevos revueltos, queso y panecillo Almuerzo: <u>Tostada de carne</u> Salsa, repollo morado y queso fresco	Desayuno: <u>Quesadilla</u> Quesadilla con huevo y chile verde Almuerzo: <u>Sandwich de pavo</u> Ensalada mixta, cebolla y tomate Sopa: <i>Crema de almejas saludable</i>	Desayuno: <u>Pan francés</u> con canela y nuez moscada Almuerzo: <u>Tazón de Cerdo Teriyaki</u> Tazón de teriyaki jengibre con carne de cerdo, brócoli y arroz integral	Desayuno: <u>Burrito de desayuno</u> Huevo, jamón y camote Almuerzo: <u>Sandwich de albóndigas</u> Albóndigas guisadas con tomate San Marzano en pan Hoagie
Desayuno: <u>Avena</u> Avena de miel con pasas y semillas de girasol Almuerzo: <u>Hamburgues con queso cheddar</u> con lechuga romana, tomate en pan integral	Desayuno: <u>Sandwich de Desayuno</u> Panecillo con jamón y huevo Almuerzo: <u>Chile con carne y frijol</u> Tres clases de frijol, pavo, vegetales y panecillo de elote	Desayuno: <u>Panecillo con fruta de temporada</u> Almuerzo: <u>Burrito de fajitas de pollo</u> Pollo rostizado con comino y orégano, pimentón y cebolla Sopa: <i>Minestrone</i>		

Opciones Disponible Todos Los Días
Desayuno: Fruta y leche (sin grasa o 1%) Almuerzo: Ensalada o vegetal, fruta y leche Bocadillo: Bocadillo saludable durante la tarde ofreciendo fruta, vegetales, nueces, granos integrales y leche