

ENERO

Menús de Primaria

LEANDER ISD
LEADING TO A BRIGHT FUTURE

f **Siúgenos** **t**

Twitter: @CNSLISD
Facebook: Child Nutrition Services, Leander Independent School District

Fruta del mes – Cítricos

Servimos naranjas, mandarinas y toronjas locales de Texas los martes. Recuerda **Probar el martes!** Prueba una nueva fruta cítrica los martes.

¿Sabía usted?

Las tradiciones del nuevo año varían de cultura en cultura, pero muchos de los alimentos tales como coles, cerdo y uvas se cree en distintas culturas que traen salud y prosperidad. Si es su tradición cómalas, ¡por una feliz barriga llena y feliz año nuevo!

Barra de frutas frescas y vegetales servidas a diario

ISFE This institution is an equal opportunity provider.

LUNES

2 **Almuerzo**
Mini perritos de pollo
Pollo agridulce
Caja de fruta y yogur V GF*
Edamame asado V GF
Maíz en mantequilla V GF
Desayuno
Pancake Wrap
Pizza de desayuno
Mini Pancakes de fresa V

9 **Almuerzo**
Croquetas de pollo
Macarrones & queso V
Yogur Parfait de fresa y vainilla V GF*
Arvejas y zanahorias V GF
Vegetales de la huerta asados V GF
Breakfast
Bocadillo de huevo, queso y salchicha
Pizza de desayuno
Mini Pancakes de mora azul V

16 *I have a dream...*

23 **Almuerzo**
Desayuno de almuerzo!
Macarrones con queso V
Sub de ensalada de atún
Zanahorias glaseadas con naranja V GF
Habichuelas al vapor V GF
Desayuno
Pancake Wrap
Pizza de desayuno
Mini Pancakes de mora azul V

30 **Almuerzo**
Sandwich de pollo crujiente
Palitos de queso w/Marinara V
Caja de jamón y queso GF*
Vegetales asados V GF
Tater Tots crujientes V GF
Breakfast
Huevos revueltos GF con tostada V
Pizza de desayuno
Mini Pancakes de fresa V

MARTES

3 **Almuerzo**
Nachos con queso V
Con carne GF
Croquetas de pescado
Ensalada de taco y pollo GF
Zanahorias en mantequilla V G
Frijoles charros V GF
Breakfast
Avena con canela V
Rollo de canela V
Pancakes V & Salchicha

10 **Almuerzo**
Quesadilla de pollo y queso
Sándwich fundido de queso V
Caja de Sun Butter Dippers V GF*
Vegetales arco iris V GF
Frijoles refritos V GF
Desayuno
Omelet de queso Colby y tostada V
Rollo de canela V
Pancakes V & Salchicha

17 **Almuerzo**
Tacos crujientes de carne
Filetes de pollo al horno
Ensalada de la huerta V GF*
Frijoles negros sazonados V GF
Maicitos en mantequilla V GF
Desayuno
Sándwich de huevo, salchicha y queso
Rollo de canela V
Pancakes V & Salchicha

24 **Almuerzo**
Nachos de pollo y queso V GF
Burrito de frijoles y queso V
Sandwich de Sun Butter & Jelly V
Vegetales arco iris V GF
Frijoles charros V GF
Desayuno
Taco de huevo y queso
Rollo de canela V
Pancakes V & Salchicha

31 **Almuerzo**
Chicken Tacos
Grilled Cheese Sandwich V
Chicken Ranch Wrap
Buttery Carrots V GF
Refried Beans V GF
Breakfast
Egg, Sausage & Cheese Taco
Rollo de canela V
Pancakes V & Salchicha

MIERCOLES

4 **Almuerzo**
Steak frito country
Pasta con carne y queso
Sándwich de Sun Butter & mermelada V
Puré de papas GF & Gravy
Arvejas al vapor V GF
Desayuno
Yogurt Parfait de frutos rojos V GF*
Pizza de desayuno
Tostada francesa esponjosa V

11 **Almuerzo**
Hamburguesa con queso
Palitos de queso w/Marinara V
Sub de pavo y queso
Tajaditas de papa V GF
Brócoli al vapor V GF
Desayuno
Yogurt Parfait de mora azul V GF*
Pizza de desayuno
Waffles esponjosos V

18 **Almuerzo**
Filetillos de carne
Sándwich de pescado
Sandwich de Sun Butter & Jelly V
Arvejas en mantequilla V GF
Puré de papas GF & Gravy
Desayuno
Yogurt Parfait de frutos rojos V GF*
Pizza de desayuno
Tostada francesa esponjosa V

25 **Almuerzo**
Hamburguesa con queso
Quesadilla de espinaca y queso V
Club Sándwich de carnes frías
Tajaditas de papa V GF
Habichuelas al vapor V GF
Desayuno
Yogurt Parfait con mandarina V GF*
Rollo de canela V
Pancakes V & Salchicha

V= Opción vegetariana (o vegetariano por solicitud)
GF = Naturalmente libre de gluten
GF*= GF opción disponible bajo solicitud

JUEVES

5 **Almuerzo**
Lasaña de carne
Sándwich de pollo crujiente
Wrap de vegetales sufreño V
Brócoli al vapor V GF
Papitas dulces fritas V GF
Desayuno
Sándwich de huevo, salchicha y queso
Rollo de canela V
Pancakes V & Salchicha

12 **Almuerzo**
Hot Dog de pavo
Panini Sandwich Elvis V
Sub de jamón y queso
Frijoles al horno V GF
Zanahorias en mantequilla V GF
Desayuno
Panecillos & Gravy con salchicha
Rollo de canela V
Pancakes V & Salchicha

19 **Almuerzo**
Pasta boloñesa casera
Sándwich de carne frita
Plato de fruta & yogur V GF*
Habichuelas al horno V GF
Tater Tots crujientes V GF
Desayuno
Huevos revueltos GF con tostada V
Rollo de canela V
Pancakes V & Salchicha

26 **Almuerzo**
Pollo a la naranja
Arroz frito V con pollo
Ensalada de pollo Teriyaki
Vegetales salteados V GF
Edamame asado V GF
Breakfast
Frudel de manzana V
Rollo de canela V
Pancakes V & Salchicha

Menú sujeto a cambios

VIERNES

6 **Almuerzo**
Pizza de queso V & Pepperoni
Sub de costillitas de cerdo BBQ
Ensalada del Chef GF*
Habichuelas sazonadas V GF
Coliflor al vapor V GF
Desayuno
Pancake Wrap de mora azul
Pizza de desayuno
Mini pancakes de miel de arce V

13 **Almuerzo**
Pizzas de queso V & Pepperoni
Sub de albóndigas y queso
Ensalada mediterránea GF*
Espinaca salteada V GF
Garbanzos asados V GF
Desayuno
Pancake Wrap
Pizza de desayuno
Mini Pancakes de miel de arce V

20 **Almuerzo**
Pizzas de queso V & Pepperoni
Sándwich Sloppy Joe
Pita de jamón y queso
Frijoles Chuck Wagon V GF
Coliflor al vapor V GF
Desayuno
Pan de banana con yogur V
Pizza de desayuno
Mini pancakes de miel de arce V

27 **Almuerzo**
Pizza de queso V & Pepperoni
Sub de costillitas de cerdo BBQ
Ensalada de pollo de la huerta GF*
Garbanzos asados V GF
Vegetales arco iris V GF
Desayuno
Yogurt Parfait frutos rojos V GF*
Pizza de desayuno
Mini Pancakes de miel de arce V

Selección de frutas frescas & Cereales bajos en azúcar Disponibles diariamente en el desayuno



Precio de Desayuno: Regular \$1.35/Reducido \$0.30

Precio de Almuerzo: regular \$2.45/Reducido \$0.40

Adulto: desayuno \$2.00/Almuerzo \$3.50