



MENÚ DE ALMUERZO



<i>Cocina de Mama</i>				
Lunes Pollo Puré de Patatas Verduras Ensalada Panecillo Fruta	Martes Bar de Patatas Brócoli/Queso Frijoles Zanahorias Rebanadas de Pan Fruta	Miércoles Barra de Desayuno Manzanas Vegetales Ensalada	Jueves Arroz Frito Fideos Ensalada Fruta	Viernes Corn Dog Mac & Cheese Brócoli Zanahoria Fruta

<i>Sándwiches y Ensaladas</i>				
Lunes Wrap de Pavo o Jamón o Tuna o Sándwich de Queso o Ensalada	Martes Wrap de Pavo o Jamón o Tuna o Sándwich de Queso o Ensalada Frijoles	Miércoles Wrap de Pavo o Jamón o Tuna o Sándwich de Queso o Ensalada Southwestern	Jueves Wrap de Pavo o Jamón o Tuna o Sándwich de Queso o Ensalada	Viernes Wrap de Pavo o Jamón o Tuna o Sándwich de Queso o Ensalada

*Subs y sándwiches son servidos con lechuga, tomate, pepinillos, cebolla.
*Los vegetales con aderezo, patatas horneadas, ensalada y fruta.

<i>Parrillada</i>				
Lunes Hamburguesa con Queso Pollo Picante Ensalada	Martes Hamburguesa con Queso Hot Dog con Chili Frijoles	Miércoles Hamburguesa con Queso Jamón y Queso Vegetales Ensalada	Jueves Hamburguesa con Queso Hamburguesa Pollo Asado Ensalada	Viernes Hamburguesa con Queso Pollo Picante Brócoli Zanahorias Ensalada

*Servidos con lechuga, tomate, pepinillos, cebolla y fruta.
*Patatas fritas regulares, picantes, anchas o patatas dulces fritas.

<i>Pizza y un poco mas</i>				
Lunes Palillos de Pizza Ensalada	Martes Taco Bar Ensalada Frijoles Refritos	Miércoles Pizza Verduras Ensalada	Jueves Espagueti Panecillos Ensalada	Viernes Pizza Brócoli Ensalada

*Opciones de vegetales y frutas.

<i>Precios del Almuerzo</i>	
Estudiantes	No Costo
Empleados:	3.50
Visitantes:	3.75

*Menú está sujeto a cambios sin previo aviso debido al precio y disponibilidad de los alimentos.

Provocadores comunes de alérgenos incluyendo, pero no limitándose a lácteos, nueces, soya y trigo pueden tener contacto con todos los alimentos durante la preparación y servicio.

<u>Vegetales</u>		<u>Frutas</u>	<u>Leche</u>	<u>Jugo</u>
Brócoli	Lechuga	Manzana	Libre de Grasas con Sabores	100% Manzana
Zanahoria	Cebolla	Banana	1% Blanca	100% Naranja
Coliflor	Patatas	Uvas	Descremada	
Apio	Rábano	Kiwi		
Pepino	Frijoles	Naranjas		
Habas	Refritos	Peras		
Pimiento Verde	Tomate	Piña		
		Fresas		

El Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA), prohíbe la discriminación en contra de los clientes, empleados y solicitantes para empleo basados en raza, color, nacionalidad de origen, edad, discapacidad, sexo, identidad de género, religión, represalias, y donde aplique, creencias políticas, estatus marital, familiar o estatus de parental, orientación sexual o si todo o parte de los ingresos de un individuo es derivado de cualquier programa de asistencia pública o información genética protegida en el empleo o en cualquier programa o actividad conducida o fundada por el Departamento. (No todas las bases de prohibición aplicarán en todos los programas y/o actividades del empleo.) Si usted desea presentar una queja de discriminación al programa de Derechos Civiles, deberá completar una Forma de Quejas por Discriminación al Programa USDA, la cual puede encontrar en la página de Internet http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html o en cualquier oficina de USDA o llamar al (866) 632-9992 para solicitar esta forma. Usted también puede escribir una carta conteniendo toda la información solicitada en la forma. Enviar su forma de queja completada a nuestro correo postal en US Department of Agriculture, Director, Office of Adjudication, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410, mediante fax al (202) 690-7442 o correo electrónico a programa.intake@usda.gov.

Individuos quienes son sordos, tienen problemas de audición o tiene discapacidad del habla pueden comunicarse al USDA mediante los Servicios de Relevo Federal al 800-877-8339; 6 800-845-6136 (español).

Menú de Desayuno

Lunes

Opción

Panecillo con
Salchicha

o

Cereal

**Se servirán frutas
con todas las
opciones**

Martes

Opción

Donas/
Rosquillas

o

Cereal

**Se servirán
frutas con
todas las
opciones**

Miércoles

Opción

Huevo, Queso/
Pan

o

Cereal

**Se servirán
frutas con
todas las
opciones**

Jueves

Opción

Tarta de
Chocolate o
Arándanos

o

Cereal

**Se servirán fru-
tas con todas las
opciones**

Viernes

Opción

Tocineta Canadiense
Panecillo con Queso

o

Cereal

**Se servirán frutas
con todas las
opciones**

Todos los días se sirve leche libre de grasa con sabores, leche blanca descremada, 100% jugo de naranja y jugo de manzana

<u>Precios del Desayuno</u>	
Estudiantes	No costo
Empleados:	\$2.50
Visitantes:	\$2.75

OCMS



2018-2019

Menú de Almuerzo