

noviembre



Elige productos enteros, frescos, naturales, orgánicos, locales, de la temporada, no refinados, y alimentos no procesados.

domingo

lunes

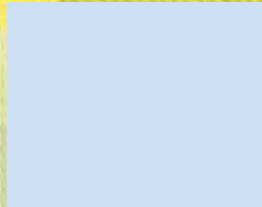
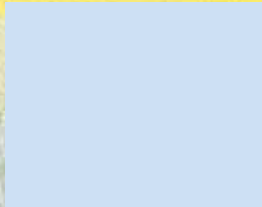
martes

miércoles

jueves

viernes

sábado

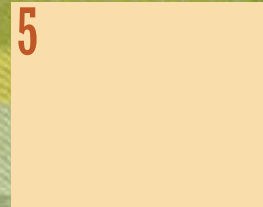


1 Burrito de pollo
Burrito de frijoles con queso
Arroz integral

2 Hamburguesa/
Hamburguesa con queso
Hamburguesa vegetariana con queso
Papas asadas

3 Chilaquiles (cazuela de tortilla de pollo)
Quesadilla de queso
Vegetales del día

4 Pasta penne con salsa marinara y queso al horno



6

7 Pizza con carne de chorizo
Pizza de queso
Horneado fresco en todas nuestras escuelas.

8 Nachos con carne
Nachos de frijoles refritos con queso
Frijoles refritos

9 Perrito caliente/
Perrito con Chili
Papa rellena con brócoli y queso con pancito
Batatas asadas

10 Pollo glaseado con salsa BBQ asiática o Tofu con arroz
Sándwich tostado de queso

11
DÍA DE LOS VETERANOS
- No habrá clases

12

13

14 Pizza de queso
Horneado fresco en todas nuestras escuelas.
Lunes sin carne

15 Hamburguesa/
Hamburguesa con queso
Hamburguesa vegetariana con queso
Papas asadas

16 Fajita de pollo
Quesadilla de queso
Arroz integral

17 Pasta de pollo con ajo
Pasta de queso con ajo
Vegetales del día

18 Pavo caliente, puré de papas y gravy con pancito
Chili vegetariano con pancito

19

20

21

22

23

24

25

26

VACACIÓN DE ACCIÓN DE GRACIAS

27

28 Pizza con carne de chorizo
Pizza de queso
Horneado fresco en todas nuestras escuelas.

29 Burrito de pollo
Burrito de frijoles y queso
Arroz integral

30 Pasta penne con salsa marinara y queso al horno

