



octubre 2011



lunes	Martes	Miercoles	Jueves	viernes
3 Tortilla de huevos y tostada Selección de Cereal y tostada ***** Salchicha envuelta en harina de maiz. Papas horniadas Jugo, Manzanas frescas	4 Pastel de cereza Selección de Cereal y queso ***** Pepitas de pollo cocidas al horno. Frijoles Verdes, Naranjas	5 Pizza de salchicha para desayuno ***** Pan Rellenos de queso Salsa Marinera Maiz, Pera fresca	6 Yogur con fruta fresca Cereal con galletas ***** Pasta con salsa de carne Pan tostado con queso Ensalada fresca, piña	7 Scones al horno frescos ***** Chili con Fritos, queso, lechuga, jugo congelada salsa, melocotones
10 Waffles con salchichas ***** Sanwiche de Jamon y queso con pavo. Lechuga, tomate, naranja	11 Yogur con galletas or Selección de Cereal y Galleta ***** Pizza de salchichas Ensalada fresca Piña	12 Desayuno de bolsillo caliente ***** Hamburguesa con/sin queso O Hamburguesa de jardin Papas Fritas, Melocotones	13 <i>OPCIÓN de COSINA</i> ***** <u>SALIDA TEMPRANA</u> <i>OPCIÓN de COSINA</i>	14 NO HAY ESCUELA
17 COMIENZO TARDE Selección de Cereal y queso ***** Opcion del Estudiante	18 Breakfast Bagel w/Sausage Cheese/Egg or Cereal w/Muffin ***** Arroz de Teriyaki o Quesadilla, taza del jugo, Mandarinas	19 Homemade Pumpkin Bread ***** Pollo /WW Pan Pescados Filet/WW Ensalada, Ensalada rebanadas del melocotón Taza del sorbete	20 Fresh Fruit Parfait or Cereal w/Grahams ***** Salchicha envuelta en harina Envuelto de pollo Frijoles Verdes Naranjas	21 Barra de Hamon y Queso con Pan tostado o Cereal con Pan Tostado ***** Nachos con carne o salsa de queso, Tortilla, Barra de Jogo, Uvas
24 Burrito de desayuno o Selección de Cereal y Pastel ***** Pepitas de pollo cocidas al horno Frijoles verdes Rebanadas de melocotón	25 Yogur y Galleta o Selección de Cereal y Galleta ***** Wafle y Salchicha Papitas fritas, de las fresas crema del azote	26 Pan de Banana o Selección de Cereal y queso ***** Burrito de frijoles y queso Burrito de frijoles Salsa, Maiz, Mescla Fruta	27 Fresh Fruit Parfait or Cereal w/Muffin ***** <u>Lonche Para Padres</u> Pizza de Queso o Salchichones Ensalada, Pina	28 Pancakes w/Sausage ***** Pollo de Teriyaki, Arroz oriental, ensalada, Galleta de fortuna, mandarines
31 COMIENZO TARDE Selección de Cereal y queso ***** Sopa de tomate al vampiro Pan con queso a la parilla Jogo, Postre de Halloween	Una barra de la cosecha se ofrece diariamente en el almuerzo incluye: fruta fresca, verduras frescas quebradizas y condimentos para la comida.	La opción de leche de chocolate o blanco o sin materias grasas del 1% se ofrece con cada comida. Todos los desayunos son servido con fruta fresca, fruta conservada o zumo de fruta del 100% .	<u>“INTÉNTELO, QUISAS LE GUSTE</u> intenta algo nuevo este mes, un artículo de menú, una fruta o un nuevo vehículo.	El distrito escolar de Lake Chelan son patrón y abastecedor de la igualdad de oportunidades.