

SEPTIEMBRE 2021

Menu de Wahluke High School

Almuerzo

Lunes

Martes

Miercoles

Jueves

Viernes

30

31

1

2

3

Palitos de pescado con palitos de pan o tazon de macarrones con queso o envoltura de pollo sriracha Barra de ensaladas, Leche

Espaguetis con tostadas de ajo o hot dog o nachos de frijoles y queso Barra de ensaladas Leche

Fin de semana del Dia del Trabajo

6

7

8

9

10

Fin de semana del Dia del Trabajo

Sopa de taco con chips o perro de maiz o sandwich de mantequilla de sol Barra de ensaladas Leche

Hamburguesa con queso o burrito de pollo o ensalada de pasta Southwest Barra de ensaladas Leche

Pastel de tamal de carne y frijoles o quesadillas o sandwich de ensalada de atun Barra de ensaladas, Leche

Muslo de pollo con barra de pan o plato de pollo y arroz de General Tso o sandwich Cubano de cerdo desmenuzado Barra de ensaladas Leche

13

14

15

16

17

Crispitos o sandwich de queso fundido o albondiga Banh Mi Barra de ensaladas Leche

Chile con pan de maiz o ensalada de pollo y papa Sriracha Ranch o perrito caliente Barra de ensaladas, Leche

Nuggets de pollo con rollo o tazon de arroz con pollo y mandarina o ensalada de taco y patatas fritas Barra de ensaladas, Leche

Fiesta lasana o perro de maiz o hoagie de jamon y queso Barra de ensaladas Leche

Bagel de pizza de pepperoni o burrito de pollo o wrap crujiente de pollo hawaiano Barra de ensaladas Leche

20

21

22

23

24

Burrito de frijoles y queso o pavo, tocino y sandwich de quacamole o perro de maiz Barra de ensaladas Leche

Pastel de pollo o pizza o coctelera para ensaladas Barra de ensaladas Leche

Palitos de queso Max con marinara o wrap cesar de pollo parmesano o hot dog Barra de ensaladas Leche

Arroz italiano con queso con albondigas o sandwich de mantequilla de sol o sandwich BBQ Barra de ensaladas, Leche

Sandwich de empanada de pollo o sandwich de queso a la parrilla o abrigo teriyaki Barra de ensaladas, Leche

27

28

29

30

Sandwich de barbacoa o burrito de pollo o wrap de salteado de naranja indignante Barra de ensaladas, Leche

Arroz con pollo arcoris o hoagie de pavo y queso o sandwich de queso a la parrilla Barra de ensaladas, Leche

Pollo asado o ensalada de pollo BBQ sandwich o hot dog Barra de ensaladas, Leche

Horneado de tomate y pollo o ensalada de coctelera Southwest Black Bean and Ruby Wild Blend o perro de maiz Barra de ensaladas, Leche



Todas las comidas del almuerzo contienen cereales integrals, proteinas saludables, frutas y verduras frescas y leche. Menu sujeto a cambios segun la disponibilidad del articulo. Esta institucion es un proveedor de igualdad de oportunidades.