


Chelan Middle/High School **NOVIEMBRE 2018**

Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
				
5	6	7	8	9
Desayuno: Omelet de tocino y queso, Pan tostado Almuerzo: Pan relleno de queso, salsa marinara	Desayuno: Panecillos recién hornados y yogur Almuerzo: Posole y quesadilla	Desayuno: Pizza de desayuno Almuerzo: Espaguetis con albóndigas y pan de ajo	Desayuno: Postre de fruta Almuerzo: Hamburguesa de pollo, Jo-Jos	Desayuno: Eligen las Cocineras Almuerzo: Wrap o Sándwich de cerdo
12	13	14	15	16
Día de los Veteranos No hay clases	Desayuno: Rosquilla con queso crema, yogur Almuerzo: Pizza, pretzel, sorbete	Desayuno: Barra de jamón y queso, pan tostado Almuerzo: Tacos y frijoles refritos, churro	Desayuno: Postre de fruta Almuerzo: Hamburguesa y papas fritas	Desayuno: Pan Frances y salchicha Almuerzo: Wrap o Pasta y pan de queso
19	20	21	22	23
Desayuno: Sándwich de salchicha y huevos Almuerzo: Pan relleno de queso con salsa marinara y ejotes	Desayuno: Pan de calabaza, queso de tiras Almuerzo: Banquete de acción de gracias	Vacaciones de acción de gracias No hay clases	Vacaciones de acción de gracias No hay clases	Vacaciones de acción de gracias No hay clases
26	27	28	29	30
Desayuno: Huevos revueltos con jamón y queso, Pan tostado Almuerzo: Sopa de taco, quesadilla	Desayuno: Wrap de desayuno Almuerzo: Macarrones con queso, pollo y maíz	Desayuno: Panecillos recién hornados, queso de tiras Almuerzo: Nachos y frijoles refritos	Desayuno: Postre de fruta Almuerzo: Pizza, Pretzel, Sorbete	Desayuno: Rosquilla de pizza Almuerzo: Wrap o Caserola de tater tots

Todas las comidas

incluyen dos Opciones de leche: Blanca de 1% sin grasa o leche chocolate sin grasa.

Todos los desayunos

incluyen un plato principal y después pasan por la barra de frutas frescas.

Todos los almuerzos

incluyen un plato principal y después pasan por la barra de verduras y frutas frescas.

Cereal, pan y arroz son de grano entero.

¿Quieres ganar un dinero extra? Solicitudes en línea para trabajar en el servicio de alimentos.

El Distrito Escolar de Lake Chelan es un Empleador y Proveedor de igualdad en Oportunidades.

Alimentos pueden cambiar.

