Nutrition Services
ANTIOCH
USD
(925)779-7600,
Option 2

Diciembre 2026

MENÚ DE CENAS



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	1 Sandwich de Costilla de Cerdo BBQ (P, WG) Pepinos Rebanados Naranja	2 Pizza de Pan Francés (V, WG) Brócoli Plátano	3 Sándwich de Ternera Fiestada (WG) Bolsa de Zanahorias Frutas Mixtas	4 Pollo en Panecillo Jugo de Ponche Paraíso Pasas
7 Pizza de Queso (V, WG) Apio Manzana	8 Mini hamburguesas con queso (WG) Pepinos Rebanados Naranja	9 Peperoni Sliders (P, WG) Brócoli Plátano	10 Tamal de Pollo con Salsa Verde (WG) Bolsa de Zanahorias Frutas Mixtas	11 Burrito con Queso y Frijoles (V, WG) Jugo de Ponche Paraíso Pasas
14 Almohadón de Queso (V, WG) Salsa Marinara Manzana	15 Sandwich de Costilla de Cerdo BBQ (P, WG) Pepinos Rebanados Naranja	16 Pizza de Pan Francés (V, WG) Brócoli Plátano	17 Sándwich de Ternera Fiestada (WG) Bolsa de Zanahorias Frutas Mixtas	18 Pollo en Panecillo Jugo de Ponche Paraíso Pasas

Vacaciones de Invierno

21 de Diciembre de 2026-5 de enero de 2027



Los estudiantes deben seleccionar 3 de los 5 componentes alimenticios:

- 1/2 taza de vegetales (Bolsa de zanahorias u otro vegetal)
- 1/4 taza de fruta (1 pieza de fruta o Pasas)
- Granos / Pan (equivalente a 1 oz)
- Carne / Alternativo de carne (equivalente a 2 oz)
- Leche blanca al 1% o leche con chocolate sin grasa (8 oz.)

Ejemplos:
Entrada + Leche
Entrada + Fruta
Entrada + Verdura
Fruta + Verdura + Leche

Offertas Diarias:
*2 Yogurt de Fresa y 1 Panecillo (V)
*Sandwich de Mantequilla de Girasol y Mermelada (Vegano)

WG= Grano Integral
P=Continene carne de Cerdo
V=Vegetariano

La USDA es un proveedor de igualdad de oportunidades, empleador, y prestamista. **MENU SUJETO A CAMBIOS SIN PREVIO AVISO.**