Nutrition Services
ANTIOCH
USD

(925)779-7600,
Opción 2

Diciembre 2026

DESAYUNO PROSPECTS



LUNES
Mini Cinnis
Fruta y Jugo

MARTES
Muffin de Plátano
Fruta y Jugo

MIÉRCOLES
Un Yogurt de Fresa
Galletas Graham
Fruta y Jugo

JUEVES
Muffin Top de Chocolate
Fruta y Jugo

VIERNES
Cereal
Palito de Queso
Fruta y Jugo

El Combo incluye:

Oferta Especial del Día *Libre de RBST!*
1% Leche o Leche Achocolatada Sin Grasa
Jugo o Fruta (debe escoger 1)

Por Ejemplo:
Especial + Jugo + Fruta + Leche
Especial + Jugo y/o Fruta
Jugo + Fruta + Leche
No hay duplicados de ningún elemento

Alergias? Un formulario para solicitar substituciones está disponible en la cafeteria.
Este menú cumple con los requisitos dietéticos de calorías, grasas saturadas, sodio, proteínas y granos integrales para los estudiantes de este grupo de edad.
La USDA es un proveedor de igualdad de oportunidades, empleador, y prestamista.
MENU SUJETO A CAMBIOS SIN PREVIO AVISO.

Nutrition Services
ANTIOCH USD

(925)779-7600,
Opción 2

Diciembre 2026



PROSPECTS
MENÚ DE ALMUERZO

LUNES
Pollo de Lujo en Panecillo
Apio
Manzana

MARTES
Pollo Mandarín con Arroz
Pepinos
Naranja
Jugo Surtido

MIÉRCOLES
Asado a la Parrilla Lone Tree
Frijoles Refritos
Plátano

JUEVES
Ensalada César con 2 Panecillo
Brócoli
Fruta

VIERNES
Pizza Primo Pepperoni y Acetunas (P)
Maíz Enlatado
Pera

Las comidas combinadas incluyen:
Entrada especial
Fruta o Jugo del Día (1/2 taza)
Verdura del día (1/2 taza) y zanahorias pequeñas (1/2 taza)
(Debe tomar 1/2 taza de fruta o verdura) *¡RBST-Libre!*
Elección de leche blanca al 1 % o leche chocolatada sin grasa

= Casa hecha
V=Vegetariano
P=Contiene Cerdo

Grados 9-12:
Variedad de Jugos
Chips Variados los Lunes, Miércoles y Jueves

¿Alergias? Un formulario para solicitar sustituciones está disponible en la cafetería.
Este menú cumple con los requisitos dietéticos de calorías, grasas saturadas, sodio, proteínas y granos integrales para los estudiantes de este grupo de edad. La USDA es un proveedor de igualdad de oportunidades, empleador, y prestamista.
MENÚ SUJETO A CAMBIO SIN PREVIO AVISO.