



(925) 779-7600,
Option 2

Septiembre 2026

MENÚ DE CENAS

¡Todos los
productos de
granos que se
sirven en la
cena son
integrales!



*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=Contiene carne de Cerdo

V=Vegetariano

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	1 Mini hamburguesas con queso (WG) Verduras Mixtas Naranja	2 Sándwich de Queso (V, WG) Bolsa de Zanahorias Plátano	3 Peperoni Sliders (P, WG) Frijoles refritos Frutas Mixtas	4 Burrito con Queso y Frijoles (V, WG) Jugo de Ponche Paraíso Pasas
7 No Escuela	8 Sandwich de Costilla de Cerdo BBQ (P, WG) Verduras Mixtas Naranja	9 Pizza de Pan Francés (V, WG) Bolsa de Zanahorias Plátano	10 Sándwich de Ternera Fiestada (WG) Frijoles refritos Frutas Mixtas	11 Pollo en Panecillo Jugo de Ponche Paraíso Pasas
14 Pizza de Queso (V, WG) Apio Manzana	15 Mini hamburguesas con queso (WG) Verduras Mixtas Naranja	16 Sándwich de Queso (V, WG) Bolsa de Zanahorias Plátano	17 Peperoni Sliders (P, WG) Frijoles refritos Frutas Mixtas	18 Burrito con Queso y Frijoles (V, WG) Jugo de Ponche Paraíso Pasas
21 Almohadón de Queso (V, WG) Salsa Marinara Manzana	22 Sandwich de Costilla de Cerdo BBQ (P, WG) Verduras Mixtas Naranja	23 Pizza de Pan Francés (V, WG) Bolsa de Zanahorias Plátano	24 Sándwich de Ternera Fiestada (WG) Frijoles refritos Frutas Mixtas	25 Pollo en Panecillo Jugo de Ponche Paraíso Pasas
28	29	30		

vacaciones de Otoño