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

Noviembre 2026

MENÚ DE CENAS



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



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 Almohadón de Queso (V, WG) Salsa Marinara Manzana	**3** Sandwich de Costilla de Cerdo BBQ (P, WG) Pepinos Rebanados Naranja	**4** Pizza de Pan Francés (V, WG) Brócoli Plátano	**5** Sándwich de Ternera Fiestada (WG) Bolsa de Zanahorias Frutas Mixtas	**6** Pollo en Panecillo Jugo de Ponche Paraíso Pasas
9 Pizza de Queso (V, WG) Apio Manzana	**10** Mini hamburguesas con queso (WG) Pepinos Rebanados Naranja	**11** **No Escuela**	**12** Tamal de Pollo con Salsa Verde (WG) Bolsa de Zanahorias Frutas Mixtas	**13** Burrito con Queso y Frijoles (V, WG) Jugo de Ponche Paraíso Pasas
16 Almohadón de Queso (V, WG) Salsa Marinara Manzana	**17** Sandwich de Costilla de Cerdo BBQ (P, WG) Pepinos Rebanados Naranja	**18** Pizza de Pan Francés (V, WG) Brócoli Plátano	**19** Sándwich de Ternera Fiestada (WG) Bolsa de Zanahorias Frutas Mixtas	**20** Pollo en Panecillo Jugo de Ponche Paraíso Pasas
23	**24** **Descanso del Día de Acción de Gracias**	**25**	**26**	**27**
30 Almohadón de Queso (V, WG) Salsa Marinara Manzana				

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.**