











**LUNCH MENU – July 2020**

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
				3. Holiday 
6. WG Flour Tortilla 1 ea. Refried Beans 1/3 c. Shred. Cheese 1/2 oz. Cabbage & Cilantro 1/4 c Tropical Fruit 1/2 c. 1% White Milk 6 oz.	7. BBQ Chick Thigh 1 ea. Peas & Carrots 1/4 c. Whl. Wht. Bread 1 sl. Pineapple Tidbits 1/2 c. 1% White Milk 6 oz.	8. BK. Chicken Drum. 1 ea. Hi C Salad w/Romain 1/2 c Whl. Wht. Bread 1 sl. Diced Peaches 1/2 c. 1% White Milk 6 oz.	9. Turkey Bologna 2 sl. & Cheese 1 sl. Whl. Wht. Bread 1 sl. Baby Carrots 1.6 oz. Sliced Apple w/vit C 1/2 c. 1% White Milk 6 oz.	10. Beef Patty 1 ea. On Whl. Wht Bun 1 ea. Cheese 1 sl. Potato Salad 1/2 c. Diced Pears 1/2 c. 1% White Milk 6 oz.
13. WG Bean & Cheese Burrito 1 ea. Cantaloupe Chunks 1/2 c 1% White Milk 6 oz.	14. WG Brd. Chicken Strips 3 ea. Cucumber Salad 1/4 c. Mixed Fruit 1/2 c. 1% White Milk 6 oz.	15. Beef Pepper Steak 1 ea. w/gravy 1 oz. Mashed Potatoes 1/4 c. Whl Wht Bread 1 sl. Pineapple Tidbits 1/2 c. 1% White Milk 6 oz.	16. Chicken Alfredo 3/4 c. Hi C salad w/Romain Diced Peaches 1/2 c. 1% White Milk 6 oz.	17. WG Brd. Chicken Drumstick 1/2 c. Whl. Steamed Carrots 1/4 c Tropical Fruit 1/2 c. 1% White Milk 6 oz.
20. WG Brd. Chicken Strips 3 ea. Baby Carrots 1.6 oz. Pineapple Tidbits 1/2 c. 1% White Milk 6 oz.	21. BBQ Chick Thigh 1 ea. Green Salad 1/2 c. Whl. Wht. Bread 1 sl. Tropical Fruit 1/2 c. 1% White Milk 6 oz.	22. Hamburger on a Bun 1 ea. Cheese 1 sl. Potato Salad 1/4 c. Sliced Apple w/vit C. 1/2 c 1% White Milk 6 oz.	23. Beef Salisbury Steak 1 ea w/gravy 1 oz. Whl. Wht. Bread 1 sl. Veg. Medley 1/4 c. Apricots 1/2 c. 1% White Milk 6 oz.	24. Meatballs 2 ea. w/beef gravy 1 oz. Brown Rice 1/2 c. Toss Salad w/carrots 1/2 c. Diced Pears 1/2 c. 1% White Milk 6 oz.
27. WG Flour Tortilla 1 ea. Ground beef 1/4 c. Refried Beans 1/3 c. Shred. Cheese 1/2 oz. Toss salad w/broc. 1/2 c Diced Peaches 1/2 c. 1% White Milk 6 oz.	28. Beef Meatloaf w/gry 1 oz. Mashed Potato 1/4 c. Whl. Wht. Dinner Roll 1 ea. Pineapple tidbits 1/2 c. 1% White Milk 6 oz.	29. BBQ Pork Rib-B-Q sand On Whl. Wht. Bun 1 ea. Coleslaw w/carrots 1/4 c. Diced Peaches 1/2 c. 1% White Milk 6 oz.	30. Chinese Chicken Stir Fry 3/4 c. Whl. Wht. Dinner Roll 1 ea. Orange 1 ea. 1% White Milk 6 oz.	31. Cheese Lasagna 3/4 c. Toss Salad w/carrot 1/2 c. Tropical Fruit 1/2 c. 1% White Milk 6 oz.

This institution is an equal opportunity provider.



**Menú de Almuerzo – julio 2020**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				3. el feriado 
6. Tortilla de harina GE Frijoles refritos Queso rallado Repollo y cilantro Fruta tropical Leche blanca 1%	7. Muslo de pollo con salsa BBQ Zanahorias y chícharos Pan integral Trocitos de piña Leche blanca 1%	8. Pierna de pollo al horno Ensalada Hi-C con lechuga romana Pan integral Durazno en cubitos Leche blanca 1%	9. Boloña de pavo y queso Pan integral Zanahorias pequeñas Rebanadas de manzana con vit-C Leche blanca 1%	10. Hamburguesa de res en un bolillo integral Queso Ensalada de papa Pera en cubitos Leche blanca 1%
13. Burrito de frijoles y queso GE Trozos de melón Leche blanca 1%	14. Tiras de pollo empanizado GE Ensalada de pepino Mezcla de fruta Leche blanca 1%	15. Bistec de res con pimienta y salsa espesa Puré de papa Pan integral Trocitos de piña Leche blanca 1%	16. Pollo en salsa Alfredo Ensalada Hi-C con lechuga romana Durazno en cubitos Leche blanca 1%	17. Pierna de pollo empanizado GE Zanahorias al vapor Fruta tropical Leche blanca 1%
20. Tiras de pollo empanizado GE Zanahorias pequeñas Trocitos de piña Leche blanca 1%	21. Muslo de pollo con salsa BBQ Ensalada verde Pan integral Fruta tropical Leche blanca 1%	22. Hamburguesa de res en un bolillo y queso Ensalada de papa Rebanadas de manzana con vit-C Leche blanca 1%	23. Bistec Salisbury con salsa espesa Pan integral Mezcla de verduras Chabacanos Leche blanca 1%	24. Albóndigas con salsa espesa de res Arroz integral Ensalada con zanahorias Durazno en cubitos Leche blanca 1%
27. Tortilla de harina GE Carne molida Frijoles refritos Queso rallado Ensalada con brócoli Durazno en cubitos Leche blanca 1%	28. Pastel de carne de res con salsa espesa Puré de papa Bolillo integral Trocitos de piña Leche blanca 1%	29. Sándwich de costillas de puerco en salsa BBQ en un bolillo integral Ensalada de repollo con zanahorias Durazno en cubitos Leche blanca 1%	30. Sofrito de pollo estilo chino Bolillo integral Naranja Leche blanca 1%	31. Lasaña de queso Ensalada con zanahorias Fruta tropical Leche blanca 1%

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.



Cuidemos de California



Ponga fruta fresca en su plato



Las plantas necesitan agua limpi

