

**¡Celebra el Año Nuevo Lunar!**  
El festival empezó el 29 de enero y finaliza con el 'Festival de las linternas' el 12 de febrero

LUNES

3

**¡Brunch de almuerzo!**

Panqueques integrales con hamburguesas y 2 huevos, choclos, ensalada de papas, taza de puré de manzana y peras frescas

MARTES

4

Pasta de trigo integral con mantequilla de ajo, pollo, zanahorias al vapor, tiras de pimiento rojo, taza de granizado de fresa y gajos de naranja fresca

MIÉRCOLES

5

Porciones de pizza con queso o pepperoni en masa de trigo integral con ratatouille recién asado, rodajas de pepino, taza de durazno y **gajos de pitaya fresca**

JUEVES

6

Hamburguesa o hamburguesa con queso en pan de trigo integral con frijoles horneados vegetarianos, ensalada de 3 frijoles, pickles, taza de frutas mixtas y fresas frescas

VIERNES

7

**¡Fiesta del Super Bowl!**

Pretzel gigante integral con salsa de queso, palomitas de maíz, **brócoli rabe con jengibre y soja** y frutas y verduras variadas a elección del chef

*Comidas alternativas: Sándwich de jamón y queso con lechuga y tomate en pan integral, Fun Lunch con cereales, ensalada del chef con pan integral*

10

Tacos de carnitas de cerdo en tortillas de harina integral con bananas dulces horneadas, salsa de maíz, queso rallado, crema agria, puré de manzana y melón dulce fresco

11

Sándwich de pollo asado teriyaki "estilo Bahn-Mi" en una baguette integral con batatas fritas, ensalada de zanahoria, pepinillos, taza de pera y gajos de naranja fresca

12

**Salida anticipada**

*Elegir entre: un sándwich de pavo y queso o un muffin Fun Lunch, ambos servidos con frutas y verduras variadas*

13

Pollo al parmesano con queso horneado con pasta integral en salsa marinara, ensalada de verano de guisantes partidos, taza de frutas mixtas y fresas frescas

14

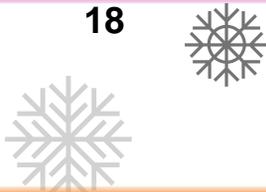
Pizza de pan francés con queso o pepperoni con masa integral, berza cocida a fuego lento y frutas y verduras variadas a elección del chef

*Comidas alternativas: Sándwich de pavo y queso con lechuga y tomate en pan integral, Fun Lunch con muffin o Power Up! Otter Box*

17



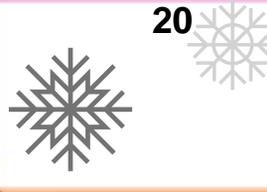
18



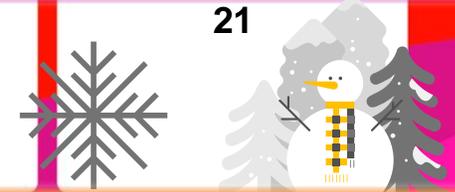
19



20



21



*Comidas disponibles en nuestro Snack Shack: nachos y salsa de queso con salsa y guacamole o pretzels integrales estilo bávaro y salsa de queso con salsa de hummus*

24

Sándwich de hamburguesa de pollo con pan integral con papas horneadas condimentadas con salsa ranch, ensalada de papas, tazas de puré de manzana y melón fresco

25

Pollo tikka masala con arroz pilaf, batatas horneadas, tomates tradicionales, taza de pera y gajos de naranja fresca

26

Pizza de molde individual con queso o pepperoni con masa integral con mezcla de vegetales sazonados, palitos de apio, taza de durazno y uvas frescas

27

Nachos con salsa de queso y carne sazonada a la mexicana, arroz y frijoles, salsa de maíz y frijoles, lechuga, guacamole, taza de frutas mixtas y fresas frescas

28

Pollo y waffles con canela y jarabe de arce local, manzanas asadas, ensalada para acompañar y frutas y verduras variadas a elección del chef

*Comidas alternativas: Sándwich de mantequilla de girasol y crema Fluff en pan integral, Fun Lunch con bagels o ensalada César de pollo con pan integral*

Un almuerzo reembolsable para estudiantes de jardín de infantes a octavo grado según el USDA incluye... 1 leche descremada o leche blanca al 1 %, un producto de grano integral, una proteína de origen vegetal o animal, frutas y verduras

Diariamente se encuentran disponibles condimentos, zanahorias, leche descremada o leche blanca al 1 %

Administre la cuenta de su estudiante en línea - Realice pagos por adelantado - Vea el historial de transacciones - Vea el saldo de la cuenta - Visite [www.MySchoolBucks.com](http://www.MySchoolBucks.com)

Cada estudiante recibe un almuerzo reembolsable completo sin cargo. Los productos a la carta se cobrarán según corresponda.

Se encuentran disponibles opciones de leche alternativa, como Lactaid o leche de soja para estudiantes con una necesidad dietética documentada.

Si tiene alguna pregunta o desea obtener información adicional sobre este menú, comuníquese con su director de servicios de alimentos a [kbressani@rcmahar.org](mailto:kbressani@rcmahar.org)

Esta institución ofrece igualdad de oportunidades.