

Enero

Escuela Charter Pública Harmony

Menú de desayuno para preescolares y 12.º grado

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|--|---|--|---|---|---|
| | | | Plato principal de desayuno Palitos de tostada francesa de grano entero  Yogur de fresa y plátano bajo en grasa Fruta Frutas variadas   Granos Barrita Nutrigrain de fresa Leche LECHE, 1% BAJA EN GRASA CARTÓN REF  LECHE DESCREMADA EN CARTÓN CON TAPA A DOS ALAS REF SIN GRASA | 1 | Plato principal de desayuno Jamón de pavo y queso en un bagel Bagel integral con queso crema Fruta Frutas variadas   Leche LECHE, 1% BAJA EN GRASA CARTÓN REF  LECHE DESCREMADA EN CARTÓN CON TAPA A DOS ALAS REF SIN GRASA | 2 | | | |
| Plato principal de desayuno Cereal de grano entero Fruta Frutas variadas   Granos Barra suave de avena y arándanos 1WG  Leche LECHE DESCREMADA EN CARTÓN CON TAPA A DOS ALAS REF SIN GRASA LECHE, 1% BAJA EN GRASA CARTÓN REF  Leche de soja original orgánica Pearl  Varios. Queso mozzarella parcialmente descremado en tiras | 5 | Plato principal de desayuno Panqueques de grano integral Yogur de fresa y plátano bajo en grasa Fruta Frutas variadas   Granos Picaduras de insectos  Leche LECHE DESCREMADA EN CARTÓN CON TAPA A DOS ALAS REF SIN GRASA LECHE, 1% BAJA EN GRASA CARTÓN REF  Leche de soja original orgánica Pearl  Varios. Vaso de jarabe de mesa | 6 | Plato principal de desayuno Jamón de pavo y queso en un croissant Bagel integral con queso crema Fruta Frutas variadas   Leche LECHE DESCREMADA EN CARTÓN CON TAPA A DOS ALAS REF SIN GRASA LECHE, 1% BAJA EN GRASA CARTÓN REF  Leche de soja original orgánica Pearl  | 7 | Plato principal de desayuno Pan de plátano con chispas de chocolate  Fruta Frutas variadas   Leche LECHE DESCREMADA EN CARTÓN CON TAPA A DOS ALAS REF SIN GRASA LECHE, 1% BAJA EN GRASA CARTÓN REF  Leche de soja original orgánica Pearl  | 8 | Plato principal de desayuno Huevo y queso en galleta  Muffins variados  Fruta Frutas variadas   Granos Muffins variados de cereales integrales Leche LECHE DESCREMADA EN CARTÓN CON TAPA A DOS ALAS REF SIN GRASA LECHE, 1% BAJA EN GRASA CARTÓN REF  Leche de soja original orgánica Pearl  Varios. Yogur de fresa y plátano bajo en grasa | 9 |

| | | | | | | | | | |
|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|
| Plato principal de desayuno | 12 | Plato principal de desayuno | 13 | Plato principal de desayuno | 14 | Plato principal de desayuno | 15 | Plato principal de desayuno | 16 |
| Waffles de grano integral  | | Strudel de manzana | | Mini cinnis | | Palitos de tostada francesa de grano entero  | | Sándwich de salchicha de pavo y galleta de huevo | |
| Cereales variados y galletas Graham | | Yogur de fresa y plátano bajo en grasa | | Bagel integral con queso crema  | | Cereales variados y galletas Graham | | Yogur de fresa y plátano bajo en grasa | |
| Fruta | | Fruta | | Fruta | | Fruta | | Fruta | |
| Frutas variadas   | | Frutas variadas   | | Frutas variadas   | | Frutas variadas   | | Frutas variadas   | |
| Leche | | Leche | | Leche | | Leche | | Leche | |
| Leche descremada  | | Picaduras de insectos  | | Leche descremada  | | Leche descremada  | | Leche descremada  | |
| Leche baja en grasa (1%) | | Leche | | Leche baja en grasa (1%) | | Leche baja en grasa (1%) | | Leche baja en grasa (1%) | |
| Varios. | | Leche descremada  | | Leche baja en grasa (1%) | | Varios. | | Jarabe de desayuno   | |
| Jarabe de desayuno   | | | | | | | | | |
| Plato principal de desayuno | 19 | Plato principal de desayuno | 20 | Plato principal de desayuno | 21 | Plato principal de desayuno | 22 | Plato principal de desayuno | 23 |
| Cereal de grano entero | | Salchicha de pavo en palito | | Muffins variados  | | Palitos de tostada francesa de grano entero  | | Jamón de pavo y queso en un bagel | |
| Fruta | | Parfait de yogur y granola | | Fruta | | Fruta | | Bagel integral con queso crema | |
| Frutas variadas   | | Fruta | | Frutas variadas   | | Fruta | | Fruta | |
| Granos | | Frutas variadas   | | Granos | | Granos | | Frutas variadas   | |
| Barra de avena y manzana | | Leche | | Muffins variados | | Palitos de tostada francesa de grano entero  | | Leche | |
| Leche | | LECHE, 1% BAJA EN GRASA CARTÓN REF  | | Leche | | Yogur de fresa y plátano bajo en grasa | | LECHE, 1% BAJA EN GRASA CARTÓN REF  | |
| LECHE, 1% BAJA EN GRASA CARTÓN REF  | | LECHE, 1% BAJA EN GRASA CARTÓN REF  | | LECHE, 1% BAJA EN GRASA CARTÓN REF  | | Fruta | | LECHE, 1% BAJA EN GRASA CARTÓN REF  | |
| LECHE DESCREMADA EN CARTÓN CON TAPA A DOS ALAS REF SIN GRASA | | LECHE DESCREMADA EN CARTÓN CON TAPA A DOS ALAS REF SIN GRASA | | LECHE DESCREMADA EN CARTÓN CON TAPA A DOS ALAS REF SIN GRASA | | Frutas variadas   | | Leche | |
| Varios. | | | | Varios. | | Granos | | LECHE, 1% BAJA EN GRASA CARTÓN REF  | |
| Queso mozzarella parcialmente descremado en tiras | | | | Queso mozzarella parcialmente descremado en tiras | | Barrita Nutrigrain de fresa | | LECHE DESCREMADA EN CARTÓN CON TAPA A DOS ALAS REF SIN GRASA | |
| | | | | | | Leche | | | |
| | | | | | | LECHE, 1% BAJA EN GRASA CARTÓN REF  | | | |
| | | | | | | LECHE DESCREMADA EN CARTÓN CON TAPA A DOS ALAS REF SIN GRASA | | | |

| | | | | | | | | | |
|--|-----------|--|---|---|-----------|---|---|---|-----------|
| Plato principal de desayuno | 26 | Plato principal de desayuno | 27 | Plato principal de desayuno | 28 | Plato principal de desayuno | 29 | Plato principal de desayuno | 30 |
| Cereal de grano entero | | Panqueques de grano integral | | Jamón de pavo y queso en un croissant | | Pan de plátano con chispas de chocolate | | Huevo y queso en galleta | |
| Fruta | | Yogur de fresa y plátano bajo en grasa | | Bagel integral con queso crema | |  | | Muffins variados | |
| Frutas variadas   | | Fruta | | Fruta | | Fruta | | Fruta | |
| Granos | | Frutas variadas | | Frutas variadas | | Frutas variadas | | Frutas variadas | |
| Barra suave de avena y arándanos 1WG  | | Granos | | Leche | | Leche | | Leche | |
|  | | Picaduras de insectos |  | LECHE DESCREMADA EN CARTÓN CON TAPA A DOS ALAS REF SIN GRASA | | LECHE DESCREMADA EN CARTÓN CON TAPA A DOS ALAS REF SIN GRASA | | LECHE DESCREMADA EN CARTÓN CON TAPA A DOS ALAS REF SIN GRASA | |
| LECHE DESCREMADA EN CARTÓN CON TAPA A DOS ALAS REF SIN GRASA | | Leche | | LECHE DESCREMADA EN CARTÓN CON TAPA A DOS ALAS REF SIN GRASA | | LECHE, 1% BAJA EN GRASA CARTÓN REF | | LECHE DESCREMADA EN CARTÓN CON TAPA A DOS ALAS REF SIN GRASA | |
| LECHE, 1% BAJA EN GRASA CARTÓN REF  | | LECHE DESCREMADA EN CARTÓN CON TAPA A DOS ALAS REF SIN GRASA | | LECHE, 1% BAJA EN GRASA CARTÓN REF | | Leche de soja original orgánica Pearl |  | LECHE, 1% BAJA EN GRASA CARTÓN REF | |
| Leche de soja original orgánica Pearl  | | Varios. | | Leche de soja original orgánica Pearl  | | Leche de soja original orgánica Pearl  | | Leche de soja original orgánica Pearl  | |
| Varios. | | Queso mozzarella parcialmente descremado en tiras | | Varios. | | Vaso de jarabe de mesa | | Varios. | |

Sin gluten:  Sin OGM:  Kosher:  Orgánico:  Vegano:  Vegetariano: 

Esta institución ofrece igualdad de oportunidades. El menú está sujeto a cambios.