

# ENERO 2026

## MENU DE LA SECUNDARIA



LUN	MAR	MIER	JUE	VIE
5 <b>no escuela</b>	6 Queso tostado con o sin tocino Verdura - Sopa de tomate/Ejotes verdes Fruta - Manzana	7 Pollo a la naranja con arroz Verdura - Floretes de brócoli/Calabacín asado/ Mini Zanahorias Fruta - Naranja	8 Nachos de carne, pollo o frijoles Verdura - Frijoles pintos/ Elote callejero Fruta - Pera	9 Barra de filetes de pollo (A elegir entre asado, empanizado o picante) Verdura - Sopa de calabacín y tomate/Camote asado Fruta - Duraznos Pizza - Pan francés con queso o pepperoni o Espinacas y tomate
12 Panqueques con salchicha O tocino O 2 palitos de queso Verdura- Papas fritas/ Mini Zanahorias Fruta - Arándanos	13 Pasta con salsa marinara y 2 palitos de queso O Pasta con salsa de carne Verdura - Ensalada con tomate/ Calabacín asado Fruta - Naranja	14 <b>DÍA NACIONAL DE BAGEL</b> Sándwich de desayuno: Huevo y queso o Huevo, queso y salchicha o Huevo, queso y tocino Verdura - Papas asadas/ Ejotes verdes Fruta - Arándanos	15 NUEVA Enchilada de Pollo O tacos de frijoles negros Verdura - Frijoles pintos/ Elote callejero Fruta - Peras	16 Tazón de puré de papas con Pollo empanizado o a la parrilla y palitos de pan Verdura - Brócoli al vapor/ Mini Zanahorias Fruta - Vaso de duraznos Pizza - Redonda de queso o pepperoni, o rebanada de búfalo
19 <b>no escuela</b>	20 Chili y pan de maíz O queso frito Verdura -Frijoles vegetarianos/Ensalada Fruta - Duraznos	21 Pasta Alfredo con pollo O con queso y 1 palito de queso Verdura -Calabacín asado/ Ensalada Fruta - Puré de manzana	22 Tostada francesa con salchicha o tocino o 2 palitos de queso Verdura - Papas Asadas con Queso/ Mini Zanahorias Fruta - Manzana	23 Tiras de pollo regular o picantes Verdura -Puré de papa/ Bandeja de pimientos dulces Fruta - Pera Pizza - Rebanada de pepperoni o queso, o espinacas y tomate
26 Sandwiches Torpedo Verdura -Ejotes verdes/ Sopa de calabacín y tomate Fruta- Manzana	27 Nuggets de pollo regular o con ajo y salsa búfalo Verdura - Puré de papa/ Calabacín asado Fruta - Duraznos	28 <b>Día del Arándano</b> Panqueques con salchicha o tocino o 2 palitos de queso Verdura -Papas fritas/ Mini Zanahorias Fruta - Arándanos	29 Fajitas de pollo Verdura -Ensalada/ Elote callejero Fruta - Naranja	30 Papa al horno rellena con pollo O cerdo desmenuzado O queso rallado y 1 palito de queso Verduras - Mini Zanahorias/ Frijoles pintos Fruta - Pera

### Ofrecido diariamente como carne/alternativa a la carne:

Pizza - Rebanada de queso o pepperoni (de lunes a jueves)/ Pizza Especializada (Viernes)/ Hamburguesa de pollo simple o picante/ Hamburguesa con o sin queso/ Sándwich de jamón y queso/ Sándwich de pavo y queso/ Envoltura de pollo y queso a la parrilla, empanizado, simple o picante/ Envoltura de hummus y verduras/ Ensaladas de pollo empanizado o a la parrilla simple o picante y queso/ Uncrustables - Uva o Fresa/ Cajas Bento Vegetarianas/ 8 oz Yogurt

### Se ofrecen frutas y verduras diariamente:

Verduras variadas frescas y asadas/al vapor/ Fruta fresca variada/ vaso de fruta/ caja de jugo de fruta

**Leche ofrecida diariamente:** Leche blanca baja en grasa al 1% o chocolate sin grasa

### PRECIOS:

ESTUDIANTE: \$3.50

REDUCIDO: \$.40

LECHE: \$.40

ADULTOS: \$4.05



menu sujeto a cambios