

# ENERO 2026

## MENU DE LA SECUNDARIA



LUN	MAR	MIER	JUE	VIE
<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>
<b>no escuela</b>	Queso tostado con o sin tocino  Verdura - Sopa de tomate/Ejotes verdes Fruta - Manzana	Pollo a la naranja con arroz  Verdura -Floretes de brócoli/Calabacín asado/ Mini Zanahorias Fruta - Naranja	Nachos de carne, pollo o frijoles  Verdura -Frijoles pintos/ Elote callejero Fruta - Pera	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
<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b> DÍA NACIONAL DE BAGEL	<b>15</b>	<b>16</b>
Panqueques con salchicha O tocino O 2 palitos de queso  Verdura- Papas fritas/ Mini Zanahorias Fruta - Arándanos	Pasta con salsa marinara y 2 palitos de queso O Pasta con salsa de carne  Verdura - Ensalada con tomate/ Calabacín asado Fruta - Naranja	Sándwich de desayuno: Huevo y queso o Huevo, queso y salchicha o Huevo, queso y tocino  Verdura - Papas asadas/ Ejotes verdes Fruta - Arándanos	NUEVA Enchilada de Pollo O tacos de frijoles negros  Verdura - Frijoles pintos/ Elote callejero Fruta - Peras	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
<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>
<b>no escuela</b>	Chili y pan de maíz O queso frito  Verdura -Frijoles vegetarianos/Ensalada Fruta - Duraznos	Pasta Alfredo con pollo O con queso y 1 palito de queso  Verdura -Calabacín asado/ Ensalada Fruta - Puré de manzana	Tostada francesa con salchicha o tocino o 2 palitos de queso  Verdura - Papas Asadas con Queso/ Mini Zanahorias Fruta - Manzana	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
<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b> Día del Arándano	<b>29</b>	<b>30</b>
Sandwiches Torpedo  Verdura -Ejotes verdes/ Sopa de calabacín y tomate Fruta- Manzana	Nuggets de pollo regular o con ajo y salsa búfalo  Verdura - Puré de papa/ Calabacín asado Fruta - Duraznos	Panqueques con salchicha o tocino o 2 palitos de queso  Verdura -Papas fritas/ Mini Zanahorias Fruta - Arándanos	Fajitas de pollo  Verdura -Ensalada/ Elote callejero Fruta - Naranja	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