

FEBRUARY 2011

Breakfast Menu - SECONDARY

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
	1 Café LA Signature Coffee Cake  Bean & Cheese Burrito  or Variety of Cereal*  Seasonal Fruit Chilled Juice	2 Breakfast on a Stick Bean & Cheese Burrito  or Variety of Cereal*  Seasonal Fruit Chilled Juice	3 Café LA Signature Coffee Cake  Bean & Cheese Burrito  or Variety of Cereal*  Seasonal Fruit Chilled Juice	4 English Muffin with Egg & Cheese Sandwich  Bean & Cheese Burrito  or Variety of Cereal*  Seasonal Fruit Chilled Juice
7 Vanilla Pan Dulce with Baby Carrots  Bean & Cheese Burrito  or Variety of Cereal*  Seasonal Fruit Chilled Juice	8 Café LA Signature Coffee Cake  Bean & Cheese Burrito  or Variety of Cereal*  Seasonal Fruit Chilled Juice	9 Vegetarian Italian Bagel  Bean & Cheese Burrito  or Variety of Cereal*  Seasonal Fruit Chilled Juice	10 Café LA Signature Coffee Cake  Bean & Cheese Burrito  or Variety of Cereal*  Seasonal Fruit Chilled Juice	11 Mini Sausage Roll with Hash Brown Potatoes Bean & Cheese Burrito  or Variety of Cereal*  Seasonal Fruit Chilled Juice
14 Whole Grain Pancakes & Chicken Hoagie with Baby Carrots  Bean & Cheese Burrito  or Variety of Cereal*  Seasonal Fruit Chilled Juice 	15 Café LA Signature Coffee Cake  Bean & Cheese Burrito  or Variety of Cereal*  Seasonal Fruit Chilled Juice	17 Breakfast on a Stick Bean & Cheese Burrito  or Variety of Cereal*  Seasonal Fruit Chilled Juice	18 Café LA Signature Coffee Cake  Bean & Cheese Burrito  or Variety of Cereal*  Seasonal Fruit Chilled Juice	19 English Muffin with Egg & Cheese Sandwich  Bean & Cheese Burrito  or Variety of Cereal*  Seasonal Fruit Chilled Juice
21 PRESIDENTS' DAY HOLIDAY	22 Café LA Signature Coffee Cake  Bean & Cheese Burrito  or Variety of Cereal*  Seasonal Fruit Chilled Juice	23 Vegetarian Italian Bagel  Bean & Cheese Burrito  or Variety of Cereal*  Seasonal Fruit Chilled Juice	24 Café LA Signature Coffee Cake  Bean & Cheese Burrito  or Variety of Cereal*  Seasonal Fruit Chilled Juice	25 Mini Sausage Roll with Hash Brown Potatoes Bean & Cheese Burrito  or Variety of Cereal*  Seasonal Fruit Chilled Juice
28 Whole Grain Pancakes & Chicken Hoagie with Baby Carrots  Bean & Cheese Burrito  or Variety of Cereal*  Seasonal Fruit Chilled Juice	  - REPRESENT VEGETARIAN ENTRÉE  - REPRESENT WHOLE GRAIN Milk offered at each meal: 1% White, FF Strawberry, FF Chocolate, or FF Lactose Free *Variety of Cereal – Multigrain Cheerios, Toasted Oats, Frosted Flakes, Mini Wheats Available: Grape Jelly, Strawberry Jam, Honey, Syrup Menus are Subject to Change			



FEBRERO 2011

Menús de Almuerzo - ESCUELAS SECUNDARIAS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	1 Hamburguesa con queso  Plato de Tres Yogurt con galletas Graham  Palitos de Carne de Res con salsa y bolillo de harina integral  <i>Plato semanal de elección *</i> Rodajas de papa al horno crocantes Rodajas de pepino Fruta de Temporada	2 Carne Molida de pavo con salsa de queso Burrito de frijoles y queso  Pollo estilo Kung Pao chino <i>Plato semanal de elección *</i> Chips de tortilla al horno Zanahorias bebé Fruta de Temporada	3 Pizza de Pepperoni Plato Vegetariano Dulce & Ácido Con Arroz Café  Ensalada del mercado de los granjeros con pan integral  <i>Plato semanal de elección *</i> Papas al horno en trozos Tacita de Chocolate Helado/Fruta de Temporada	4 Trocitos de pescado empanizado con ejotes Macarrones Granitados y con pan integral  Sándwich italiano de pollo con queso derretido <i>Plato semanal de elección *</i> Palitos de Apio Tacita de Fresas/Fruta de Temporada
7 Triángulos de tacos de res Pizza al horno  Burrito de frijoles y queso con salsa roja  <i>Plato semanal de elección **</i> Rodajas de Manzana Fresca Tacita de Duraznos Fruta de Temporada	8 Espagueti con albóndigas en pan integral  Plato de Tres Yogurt con galletas Graham  Sándwich de puerco con salsa barbaeo <i>Plato semanal de elección **</i> Elote Bocaditos de brócoli crocante Fruta de Temporada	9 Calzone Italiano con pepperoni de pavo Ravioli con queso y salsa  Pollo y Rollito de primavera de vegetales con arroz café  <i>Plato semanal de elección **</i> Palitos de Apio Zanahorias bebé Fruta de Temporada	10 Chalupa de res Burrito de frijoles y queso  Trocitos de pollo picantes con pan integral  <i>Plato semanal de elección **</i> Lechuga y tomate Tacita de jugo de naranja Helada Fruta de Temporada	11 Tazón de pollo a la naranja Sandwich Tostado de queso  Lasaña con Queso Parmesan <i>Plato semanal de elección *</i> Papas al horno en trozos Edamame Fruta de Temporada
14 Enchiladas de pollo y queso de Café LA  Sándwich de Pavo con pan integral  Salchicha vienesa "Corn Dog" <i>Plato semanal de elección *</i> Bocaditos de brócoli crocante Tacita de jugo de naranja helada  Fruta de Temporada	15 Hamburguesa con queso  Plato de Tres Yogurt con galletas Graham  Palitos de Carne de Res con salsa y bolillo de harina integral  <i>Plato semanal de elección *</i> Rodajas de papa al horno crocantes Rodajas de pepino Fruta de Temporada	16 Carne Molida de pavo con salsa de queso Burrito de frijoles y queso  Pollo estilo Kung Pao chino <i>Plato semanal de elección *</i> Chips de tortilla al horno Zanahorias bebé Fruta de Temporada	17 Pizza de Pepperoni Plato Vegetariano Dulce & Ácido Con Arroz Café  Palitos de carne con salsa Teriyaki con pan integral  <i>Plato semanal de elección *</i> Papas al horno en trozos Tacita de Chocolate Helado/Naranjas	18 Trocitos de pescado empanizado con ejotes Macarrones Granitados y con pan integral  Sándwich italiano de pollo con queso derretido <i>Plato semanal de elección *</i> Palitos de Apio Tacita de Fresas/Fruta de Temporada
21 FERIADO POR EL DÍA DE LOS PRESIDENTES	22 Espagueti con albóndigas en pan integral  Plato de Tres Yogurt  Sándwich de puerco con salsa barbaeo <i>Plato semanal de elección **</i> Elote/Bocaditos de brócoli crocante Fruta de Temporada	23 Calzone Italiano con pepperoni de pavo Ravioli con queso y salsa  Pollo y Rollito de primavera de vegetales con arroz café  <i>Plato semanal de elección **</i> Palitos de Apio Zanahorias bebé Fruta de Temporada	24 Chalupa de res Burrito de frijoles y queso  Trocitos de pollo picantes con pan integral  <i>Plato semanal de elección **</i> Lechuga y tomate Tacita de jugo de naranja Helada Fruta de Temporada	25 Tazón de pollo a la naranja Sandwich Tostado de queso  Lasaña con Queso Parmesan <i>Plato semanal de elección *</i> Papas al horno en trozos Edamame Fruta de Temporada
28 Enchiladas de pollo y queso de Café LA  Sándwich de Pavo con pan integral  Salchicha vienesa "Corn Dog" <i>Plato semanal de elección *</i> Bocaditos de brócoli crocante Tacita de jugo de naranja helada Fruta de Temporada		 = Significa ALIMENTO VEGETARIANO  = SIGNIFICA ALIMENTO INTEGRAL Opciones de Leche: 1% Blanca, 1% de fresa, FF de chocolate, or FF libre de lactosa Opción a servir del administrador de la cafetería: * Plato semanal de elección: Pastelito de crema de cacahuete y jalea  y/o Trocitos de pollo empanizado ** Plato semanal de elección: Pastelito de crema de cacahuete y jalea  y/o Sandwich de pollo empanizado en pan integral  Opción diaria de platillo: Ensalada de espinaca Fruta de Temporada – Rodajas de Manzana, Banano, Rodajas de Naranja, Uvas sin Semilla, Naranjas, Manzanas, Peras - Menús están sujetos a cambios		



FEBRUARY 2011

Lunch Menu - SECONDARY

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
	1 Cheeseburger 🍔 Yogurt Trio Plate w/Graham Crackers 🥣 Beef Steak Fingers with Gravy & WW Roll 🍔 <i>Optional Weekly Entrée *</i> Crisp Baked Potato Rounds Cucumber Coins Seasonal Fruit	2 Deluxe Meat & Cheese Sauce Bean & Cheese Burrito 🥣 Kung Pao Chicken Rice Bowl 🍜 <i>Optional Weekly Entrée *</i> Baked Tortilla Chips Fresh Baby Carrots Seasonal Fruit	3 Sliced Pepperoni Pizza 🍕 Vegetarian Sweet & Sour with Brown Rice 🥣 Farmers Market Salad w/ WW Dinner Roll 🥣 <i>Optional Weekly Entrée *</i> Oven Roasted Potato Wedges Frozen Chocolate Cup Seasonal Fruit	4 Breaded Fish Nuggets w/Green Beans & WW Roll 🍔 Macaroni Au Gratin & WW Roll 🥣 Chicken Italiano Melt <i>Optional Weekly Entrée *</i> Celery Sticks Strawberry Cup Seasonal Fruit
7 Beef Taco Triangles Oven Baked Pizza 🥣 Red Chile Beef & Bean Burrito 🍔 <i>Optional Weekly Entrée **</i> Fresh Apple Slices Peach Cup Seasonal Fruit	8 Spaghetti & Meatballs with WG Breadsticks 🍝 Yogurt Trio Plate w/Graham Crackers 🥣 BBQ Pork Sandwich <i>Optional Weekly Entrée **</i> Corn on the Cob Crisp Broccoli Bites Seasonal Fruit	9 Italian Calzone w/Turkey Pepperoni Cheese Ravioli w/Sauce & WW Roll 🥣 Whole Wheat Chicken & Vegetable Egg Roll with Brown Rice 🍜 <i>Optional Weekly Entrée **</i> Celery Sticks Fresh Baby Carrots Seasonal Fruit	10 Beef Chalupa Bean & Cheese Burrito 🥣 Hot & Spicy Chicken Strips/WW Roll 🍔 <i>Optional Weekly Entrée **</i> Shredded Lettuce & Tomato Frozen Orange Juice Cup Seasonal Fruit	11 Orange Chicken Bowl 🍜 Toasted Cheese Sandwich 🥣 Parmesan Lasagna/WG Breadsticks 🍝 <i>Optional Weekly Entrée **</i> Oven Baked Crinkle Cut Fries Edamame Seasonal Fruit
14 Café LA Chicken & Cheese Enchiladas 🍜 Deli Turkey Submarine on Wheat Beef Corn Dog <i>Optional Weekly Entrée *</i> Crisp Broccoli Bites Frozen Orange Juice Cup Seasonal Fruit	15 Cheeseburger 🍔 Yogurt Trio Plate w/Graham Crackers 🥣 Beef Steak Fingers with Gravy & WW Roll 🍔 <i>Optional Weekly Entrée *</i> Crisp Baked Potato Rounds Cucumber Coins Seasonal Fruit	16 Deluxe Meat & Cheese Sauce Bean & Cheese Burrito 🥣 Kung Pao Chicken Rice Bowl 🍜 <i>Optional Weekly Entrée *</i> Baked Tortilla Chips Fresh Baby Carrots Seasonal Fruit	17 Sliced Pepperoni Pizza 🍕 Vegetarian Sweet & Sour with Brown Rice 🥣 Farmers Market Salad w/ WW Dinner Roll 🥣 <i>Optional Weekly Entrée *</i> Oven Roasted Potato Wedges Frozen Chocolate Cup Seasonal Fruit	18 Breaded Fish Nuggets w/Green Beans & WW Roll 🍔 Macaroni Au Gratin & WW Roll 🥣 Chicken Italiano Melt <i>Optional Weekly Entrée *</i> Celery Sticks Strawberry Cup Seasonal Fruit
21 PRESIDENTS' DAY HOLIDAY	22 Spaghetti & Meatballs with WG Breadsticks 🍝 Toasted Cheese Sandwich 🥣 BBQ Pork Sandwich <i>Optional Weekly Entrée **</i> Corn on the Cob Crisp Broccoli Bites Seasonal Fruit	23 Italian Calzone w/Turkey Pepperoni Cheese Ravioli w/Sauce & WW Roll 🥣 Whole Wheat Chicken & Vegetable Egg Roll with Brown Rice 🍜 <i>Optional Weekly Entrée **</i> Celery Sticks Fresh Baby Carrots Seasonal Fruit	24 Beef Chalupa Bean & Cheese Burrito 🥣 Hot & Spicy Chicken Strips/WW Roll 🍔 <i>Optional Weekly Entrée **</i> Shredded Lettuce & Tomato Frozen Orange Juice Cup Seasonal Fruit	25 Orange Chicken Bowl 🍜 Yogurt Trio Plate w/Graham Crackers 🥣 Parmesan Lasagna/WG Breadsticks 🍝 <i>Optional Weekly Entrée **</i> Oven Baked Crinkle Cut Fries Edamame Seasonal Fruit
28 Café LA Chicken & Cheese Enchiladas 🍜 Deli Turkey Submarine on Wheat Beef Corn Dog <i>Optional Weekly Entrée *</i> Crisp Broccoli Bites Frozen Orange Juice Cup Seasonal Fruit		🥣 = REPRESENT VEGETARIAN ENTRÉE 🍔 = REPRESENT WHOLE GRAIN Milk offered at each meal: 1% White, FF Strawberry, FF Chocolate, or FF Lactose Free Manager has the choice to Serve: <i>*Optional Weekly Entrée:</i> Peanut Butter & Jelly Pocket 🥣 and/or Breaded Chicken Nuggets, WW Roll <i>*Optional Weekly Entrée:</i> Peanut Butter & Jelly Pocket 🥣/or Whole Grain Breaded Chicken Sandwich 🍔 <i>Optional Daily Side:</i> Spinach Salad Seasonal Fruit – Fresh Apple Slices, Banana, Orange Citrus Smiles, Seedless Red Grapes, Whole Orange, Fresh Pears, Whole Apple Menus are Subject to Change		



FEBRERO 2011

Menús de Almuerzo - ESCUELAS SECUNDARIAS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	1 Hamburguesa con queso ✓ Plato de Tres Yogurt con galletas Graham ✓ Palitos de Carne de Res con salsa y bolillo de harina integral <i>Plato semanal de elección *</i> Rodajas de papa al horno crocantes Rodajas de pepino Fruta de Temporada	2 Carne Molida de pavo con salsa de queso Burrito de frijoles y queso ✓ Pollo estilo Kung Pao chino <i>Plato semanal de elección *</i> Chips de tortilla al horno Zanahorias bebé Fruta de Temporada	3 Pizza de Pepperoni Plato Vegetariano Duke & Acido Con Arroz Cafe ✓ Ensalada del mercado de los granjeros con pan integral <i>Plato semanal de elección *</i> Papas al horno en trozos Tacita de Chocolate Helado/Fruta de Temporada	4 Trocitos de pescado empanizado con ejotes Macarrones Granitados y con pan integral ✓ Sándwich italiano de pollo con queso derretido <i>Plato semanal de elección *</i> Palitos de Apio Tacita de Fresas/Fruta de Temporada
7 Triángulos de tacos de res Pizza al horno ✓ Burrito de frijoles y queso con salsa roja <i>Plato semanal de elección **</i> Rodajas de Manzana Fresca Tacita de Duraznos Fruta de Temporada	8 Espagueti con albóndigas en pan integral Plato de Tres Yogurt con galletas Graham ✓ Sándwich de puerco con salsa barbacoa <i>Plato semanal de elección **</i> Elote Bocaditos de brócoli crocante Fruta de Temporada	9 Calzone Italiano con pepperoni de pavo Ravioli con queso y salsa ✓ Pollo y Rollito de primavera de vegetales con arroz cafe <i>Plato semanal de elección **</i> Palitos de Apio Zanahorias bebé Fruta de Temporada	10 Chalupa de res Burrito de frijoles y queso ✓ Trocitos de pollo picantes con pan integral <i>Plato semanal de elección **</i> Lechuga y tomate Tacita de jugo de naranja Helada Fruta de Temporada	11 Tazón de pollo a la naranja Sandwich Tostado de queso ✓ Lasaña con Queso Parmesan <i>Plato semanal de elección *</i> Papas al horno en trozos Edamame Fruta de Temporada
14 Enchiladas de pollo y queso de Café LA Sándwich de Pavo con pan integral Salchicha vienesa "Corn Dog" <i>Plato semanal de elección *</i> Bocaditos de brócoli crocante Tacita de jugo de naranja helada Fruta de Temporada	15 Hamburguesa con queso ✓ Plato de Tres Yogurt con galletas Graham ✓ Palitos de Carne de Res con salsa y bolillo de harina integral <i>Plato semanal de elección *</i> Rodajas de papa al horno crocantes Rodajas de pepino Fruta de Temporada	16 Carne Molida de pavo con salsa de queso Burrito de frijoles y queso ✓ Pollo estilo Kung Pao chino <i>Plato semanal de elección *</i> Chips de tortilla al horno Zanahorias bebé Fruta de Temporada	17 Pizza de Pepperoni Plato Vegetariano Duke & Acido Con Arroz Cafe ✓ Palitos de carne con salsa Teriyaki con pan integral <i>Plato semanal de elección *</i> Papas al horno en trozos Tacita de Chocolate Helado/Naranjas	18 Trocitos de pescado empanizado con ejotes Macarrones Granitados y con pan integral ✓ Sándwich italiano de pollo con queso derretido <i>Plato semanal de elección *</i> Palitos de Apio Tacita de Fresas/Fruta de Temporada
21 FERIADO POR EL DIA DE LOS PRESIDENTES	22 Espagueti con albóndigas en pan integral Plato de Tres Yogurt ✓ Sándwich de puerco con salsa barbacoa <i>Plato semanal de elección **</i> Elote/Bocaditos de brócoli crocante Fruta de Temporada	23 Calzone Italiano con pepperoni de pavo Ravioli con queso y salsa ✓ Pollo y Rollito de primavera de vegetales con arroz cafe <i>Plato semanal de elección **</i> Palitos de Apio Zanahorias bebé Fruta de Temporada	24 Chalupa de res Burrito de frijoles y queso ✓ Trocitos de pollo picantes con pan integral <i>Plato semanal de elección **</i> Lechuga y tomate Tacita de jugo de naranja Helada Fruta de Temporada	25 Tazón de pollo a la naranja Sandwich Tostado de queso ✓ Lasaña con Queso Parmesan <i>Plato semanal de elección *</i> Papas al horno en trozos Edamame Fruta de Temporada
28 Enchiladas de pollo y queso de Café LA Sándwich de Pavo con pan integral Salchicha vienesa "Corn Dog" <i>Plato semanal de elección *</i> Bocaditos de brócoli crocante Tacita de jugo de naranja helada Fruta de Temporada		✓ = Significa ALIMENTO VEGETARIANO = SIGNIFICA ALIMENTO INTEGRAL Opciones de Leche: 1% Blanca, 1% de fresa, FF de chocolate, or FF libre de lactosa Opción a servir del administrador de la cafetería: * Plato semanal de elección: Pastelito de crema de cacahuete y jalea ✓ y/o Trocitos de pollo empanizado ** Plato semanal de elección: Pastelito de crema de cacahuete y jalea ✓ y/o Sandwich de pollo empanizado en pan integral Opción diaria de platillo: Ensalada de espinaca Fruta de Temporada – Rodajas de Manzana, Banano, Rodajas de Naranja, Uvas sin Semilla, Naranjas, Manzanas, Peras - Menús están sujetos a cambios		

