

Medford Middle Schools

MARZO 2020

Esta institución ofrece igualdad de oportunidades.



ELECCIONES DIARIAS:

Hamburguesas a la brasa, de carne y de pollo: Original o Especiada;
Hamburguesa vegetariana **V**
¡NUEVO! Prueba nuestro especial diario en la parrilla!
Acompañamiento diario –Papas horneadas o Tots



UN MÍNIMO DE 5 OPCIONES DIARIAS ADEMÁS DEL ALMUERZO SELECCIONADO

Ensalada de la huerta, mas una gran variedad de frutas y verduras
Ofrecemos artículos locales cuando la estación del año lo permite
En todas las comidas se incluye leche con poca grasa o sin grasa

Precios del almuerzo: Estudiante: \$2.60 Adulto: \$ 3.90	¡La elección fresca en marzo son Verduras de hoja verde! 		*V = ¡Vegetariano! ¿Tienes alergia a alguna comida? ¡Habla con el encargado de la cocina para ayudate a planear tu almuerzo!	¡Gracias a nuestros granjeros! Prueba una manzana o pera local para almorzar! 
2 Tacos de Puerco Arroz con cilantro y frijoles V	3 Papas fritas con bacon y queso y Pan	4 Palitos de pan con queso con Salsa Marinara y Ensalada César V	5 Pollo y Waffles con Compota de bayas templada	6 Lasagna de carne, casera Ensalada Cesar
9 Mini Ravioli de queso con Palitos de pan parmesano Ensalada Cesar V	10 Sopa y Sandwich: Sandwich de queso con Sopa de Tomate o Pollo	11 Pollo y Waffles y Compota de bayas templada y Revuelto Tater to (SR1848)	12 Cuenco de pollo y papas con Puré de papas con queso y Pan	13 Spaghetti y Salsa de carne Clásico Ejotes aliñados y Pan de ajo
16 Enchilada frijoles y queso Ensalada de elote Azteca	17 Pozole de Puerco y Chips ¡Día de San Patricio!	18 Tentaciones Tater Bar de Papas asadas con aderezos variados	19 Sub de albóndigas italianas Ensalada Cesar	20 No hay servicio - ¡Empiezan las vacaciones de primavera!
23 <i>Vacaciones de primavera</i>	24 <i>Vacaciones de primavera</i>	25 <i>Vacaciones de primavera</i>	26 <i>Vacaciones primavera</i>	27 <i>Vacaciones de primavera</i>
30 Palitos de pan con queso con Salsa Marinara y Ejotes	31 Hot Dog con Totts y Aderezos variados	1 Albóndigas Koreanas sobre Arroz	2 Pollo y Waffles con Compota de bayas templada	3 Pasta Pesto con pollo con Ensalada Cesar

ELECCIONES DIARIAS: A diario: Queso (V), Pepperoni

(Semana 1 / Semana2)

Lun: Salchicha italiana **Mar:** Hawaiian / Suprema
Mie: Jamón , Salchicha y Aceituna/ Pollo búfalo
Jue: Taco / Piza de pollo BBQ
Vie: Calzone de pepperoni/ Calzone de pollo y ajo



Lunes: Pollo Teriyaki
Nartes: Pollo a la naranja
Miércoles: Pollo agridulce
Jueves: Carne Teriyaki y Brócoli
Viernes: Pollo a la naranja
Acompañamientos: Arroz o pasta Yakisoba y Revuelto de verduras frescas



SELECCIONES DIARIAS

-Pavo y Queso
 -Jamón y Queso
 -Combo Americano
 -Mega-Veggie **V**

Todos los sandwiches se sirven con pan integral e incluyen un viaje al bar de ensaladas Thrive. Se ofrecen opciones vegetarianas a diario.



Ensaladas de Nacho o Taco: con elección de carne, pollo, puerco, o queso
Tacos o Burritos: elección de carne, pollo, puerco, o queso
A diario: Frijoles refritos, arroz guisado, elote Azteca, lechuga, Tomate,cebolla, aceituna, Jalapeño, Salsa

Elecciones diarias: Sandwich de Mantequilla de semillas y Jalea, Sub de jamón y queso

Lun: Wrap de pollo Cesar, Caja de hummus
Mar: Sub italiano, Ensalada Cesar de pollo con Pan
Mie: Wrap de pollo Buffalo, Ensalada de la huerta
Jue: Sub de pavo y queso, Ensalada o Wrap de pollo crujiente
Vie: Wrap de pollo y bacon co Ranch, Club Sandwich



V = Vegetarian

Hay variedad de oportunidades de empleo a nivel de entrada en su amigable equipo de Nutrición Escolar.

<http://sodexo.balancetrak.com/201932631>

Esta institución ofrece igualdad de oportunidades. Los menús están sujetos a cambios.

