

LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES		
08/05	CAL	CARB	08/06	CAL	CARB	08/07	CAL	CARB	08/08	CAL	CARB	08/09	CAL	CARB
Sándwich de mantequilla de maní & jalea de GI Mini zanahorias c/ aderezo "ranch"	601	64	Yogur & granola Jugo de vegetales	180/220 50	38/48 13	Sándwich de queso y pollo estilo Buffalo Apio & tomates c/ aderezo "ranch"	264	29	Sándwich de pavo & queso en medialuna Pepino & tomates c/ aderezo "ranch"	320	31	Sándwich de jamón de pavo & queso de GI Coliflor & brócoli & hummus c/ aderezo "ranch"	298	29
08/12	CAL	CARB	08/13	CAL	CARB	08/14	CAL	CARB	08/15	CAL	CARB	08/16	CAL	CARB
Sándwich de mantequilla de maní & jalea de GI Jugo de vegetales	601	64	Sándwich de "hamburguesa" de pollo Mini zanahorias c/ aderezo "ranch"	342 35 140	36 8 1	Sándwich de jamón de pavo & queso en medialuna Tomates uva c/ aderezo "ranch"	348	31	Mini sándwich submarino c/ lechuga & tomate	276 18	28 4	Sándwich de queso y pollo estilo Buffalo Palitos de apio & hummus c/ aderezo "ranch"	314	31
08/19	CAL	CARB	08/20	CAL	CARB	08/21	CAL	CARB	08/22	CAL	CARB	08/23	CAL	CARB
Sándwich de mantequilla de maní & jalea de GI Mini zanahorias c/ aderezo "ranch"	601	64	Yogur & granola Jugo de vegetales	180/220 50	38/48 13	Sándwich de queso y pollo estilo Buffalo Apio & tomates c/ aderezo "ranch"	264	29	Sándwich de pavo & queso en medialuna Pepino & tomates c/ aderezo "ranch"	320	31	Sándwich de jamón de pavo & queso de GI Garbanzos asados	298	29
Clave del menú: Cal = Caloría Carb = Carbohidrato ~Res *Cerdo +Ave ^Vegano GI = Grano Integral									Cantidades estándares de calorías/carbohidratos para los panes/granos (calorías/gramos) <ul style="list-style-type: none"> • Bollo para hamburguesa de GI: 140 / 27 • Bollo para perro caliente: 130 / 26 • Medialuna de GI: 190 / 29 					
Se ofrece una variedad de frutas y leche en todas las comidas. FRUTA: Calorías 20–127 Carbohidratos 7–33 Leche: Calorías 90–120 Carbohidratos 13–20														

Esta institución ofrece igualdad de oportunidades en la prestación de servicios

División de Servicios de Alimentos y Nutrición de las Escuelas Públicas del Condado de Montgomery | Traducido por LASU.