


Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
						
EJEMPLO DE MENÚ ABUNDANTE		Cerdo Asado Salsa Batatas Frijoles Verdes Sazonados Rollo de Cena Banana	Bistec Suizo Salsa Puré de Papas Rojas Coles de Bruselas Sazonadas Rollo de Cena Taza de Frutas	Pollo y Arroz del Suroeste Queso Rallado Maíz Fiesta Brócoli Banana	Chuleta de Cerdo Salsa de Hongos Puré de Papas Judías Verdes Francesas Puré de Manzana	Tortilla de Queso Salchicha de Pavo Papas Obrien Avena cortada al Acero Jugo de Frutas
		Pavo Asado y Relleno Salsa Puré de papas Coles de Bruselas sazonadas Naranja fresca	Muslo de Pollo Asado al Horno Batata Espinacas salteadas Rollo de cena Manzana	Bistec a la Pimienta Salsa Papa al horno Verduras mixtas Banana	Cazuela de Arroz con Pavo Maíz dulce Brócoli Jugo de frutas	Tilapia al Horno Arroz Integral y Salvaje Papas Rojas Asadas Judías Verdes Francesas Banana
Meatloaf Mashed Potatoes Brown Gravy French Style Green Beans Fresh Orange	Tilapia con Costra de Panko Batatas Brócoli Copa de Frutas	Bistec Salisbury Salsa Papa al horno Guisantes con Mantequilla Rollo de cena Banana	Pollo agridulce Arroz Integral Mezcla oriental Brócoli Taza de Compota de manzanas	Terneras de Pollo Papas Rojas Asadas Maíz dulce Banana	Frijoles Rojos y Arroz Guisantes con mantequilla Zanahorias Glaseadas Banana	Palitos de Tostadas Francesas Empanada de Salchicha de Pavo Papas Rojas Asadas Hojas de Col rizada Jugo de Frutas Jarabe/Sirope
Swedish Meatballs Sauce Egg Noodles Glazed Carrots Broccoli Fresh Orange	Pollo al Bourbon Guisantes con mantequilla Arroz integral Pastel de Cerezas	Pastel de Carne de Pavo Salsa Puré de papas Verduras mixtas Banana	Platija de Soja con Jengibre Salsa Píraf de Arroz Integral Mezcla Oriental Guisantes con mantequilla Puré de manzana	Raviolis de Queso Salsa Marinara Guisantes con mantequilla Mezcla de Vegetales Capril Banana	Pollo a la Parmesana Fideos de Espagueti Brócoli Puré de Manzana	Cazuela de Salchichas, Papas y Huevos Avena Cortada al Acero Calabacín con mantequilla Jugo de Frutas
Spaghetti Meat Sauce Cauliflower Buttered Peas Fresh Apple	Muslo de Pollo a la Barbacoa Salsa BBQ Arroz Integral Espinacas Salteadas Verduras mixtas Naranja fresca	Arroz Frito con Pollo al Jengibre Guisantes con mantequilla Dados de zanahoria Plátano	Macarrones con Queso Coliflor Frijoles Negros/Maíz Taza de compota de manzana	EJEMPLO DE MENÚ ABUNDANTE 2022 <i>Todas las comidas pueden incluir leche.</i>		