

Marzo

Escuela secundaria/preparatoria Libertad

Menú de almuerzo de la escuela secundaria

Plato principal del almuerzo	2	Plato principal del almuerzo	3	Plato principal del almuerzo	4	Plato principal del almuerzo	5	Plato principal del almuerzo	6
Pollo a la mandarina		Pasta Rotini Alfredo con Pollo		Palitos de tostada francesa		Tacos suaves de pollo		Pollo palomitas de maíz	
Hamburguesa con queso en pan		Tiras de pollo		Hamburguesa de salchicha de cerdo		Sándwich de pollo picante		Palitos de Bosco	
Pizza de queso		Pizza de queso		Sándwich Sloppy Joe		Pizza de queso		Pizza de queso	
Pizza de salchicha		Pizza de pepperoni		Pizza de queso		Pizza de pepperoni		Pizza de pepperoni	
Verduras		Wrap de pollo César		Wrap de pollo estilo búfalo		Wrap de pollo estilo búfalo		Verduras	
Zanahorias baby		Almuerzo divertido con mantequilla de maní y mermelada de uva		Verduras		Verduras		Zanahorias baby	
Floretes de brócoli		Almuerzo divertido con mantequilla de maní y mermelada de fresa		Zanahorias baby		Zanahorias baby		Floretes de brócoli	
Floretes de coliflor		Verduras		Floretes de brócoli		Floretes de brócoli		Floretes de coliflor	
Palitos de apio		Zanahorias baby		Floretes de coliflor		Palitos de apio		Palitos de apio	
Tomates cherry		Floretes de brócoli		Palitos de apio		Tomates cherry		Tomates cherry	
Rodajas de pepino		Floretes de coliflor		Tomates cherry		Rodajas de pepino		Rodajas de pepino	
Lechuga romana		Palitos de apio		Rodajas de pepino		Lechuga romana		Lechuga romana	
Papas fritas onduladas		Tomates cherry		Lechuga romana		Tater Tots		Puré de papas	
Verduras mixtas		Rodajas de pepino		Zanahorias en rodajas al vapor		Frijoles horneados vegetarianos		Maíz en grano entero	
Fruta		Lechuga romana		Fruta		Fruta		Fruta	
Plátano fresco		Tater Tots		Plátano fresco		Plátano fresco		Plátano fresco	
Manzanas Gala		Ramilletes de brócoli al vapor		Manzanas Gala		Manzanas Gala		Manzanas Gala	
Naranja fresca		Fruta		Naranja fresca		Naranja fresca		Naranja fresca	
Melocotones en cubitos		Plátano fresco		Peras cortadas en cubitos		Frutas mixtas		Taza de puré de manzana	
		Manzanas Gala							
		Naranja fresca							
		Coba							

Plato principal del almuerzo Nuggets de pollo Hamburguesa con queso en pan Pizza de queso Pizza de salchicha Verduras Zanahorias baby Floretes de brócoli Floretes de coliflor Palitos de apio Tomates cherry Rodajas de pepino Lechuga romana Verduras mixtas Sonrisas de patata Frijoles horneados vegetarianos Fruta Plátano fresco Manzanas Gala Naranja fresca Peras cortadas en cubitos	9	Plato principal del almuerzo Espaguetis y albóndigas Palitos de pescado Pizza de queso Pizza de pepperoni Wrap de pollo César Verduras Zanahorias baby Floretes de brócoli Floretes de coliflor Palitos de apio Tomates cherry Rodajas de pepino Lechuga romana Judías verdes Papas fritas onduladas Fruta Plátano fresco Manzanas Gala Naranja fresca Taza de puré de manzana Taza de fresas en cubitos	10	Plato principal del almuerzo Sándwich de queso a la parrilla Sopa de tomate Tiras de pollo Pizza de queso Pizza de salchicha Wrap de pollo estilo búfalo Verduras Zanahorias baby Floretes de brócoli Floretes de coliflor Palitos de apio Tomates cherry Rodajas de pepino Lechuga romana Patatas gajo con piel Zanahorias en rodajas al vapor Fruta Plátano fresco Manzanas Gala Naranja fresca Melocotones en cubitos	11	Plato principal del almuerzo Nachos de carne y queso Sándwich de pollo empanizado Pizza de queso Pizza de pepperoni Wrap de pollo estilo búfalo Verduras Zanahorias baby Floretes de brócoli Floretes de coliflor Palitos de apio Tomates cherry Rodajas de pepino Lechuga romana Tater Tots Guisantes Fruta Plátano fresco Manzanas Gala Naranja fresca Mandarinas	12	<i>No hay clases - Capacitación del personal</i>	13
Plato principal del almuerzo Mini perritos de maíz Hamburguesa con queso en pan Pizza de queso Pizza de salchicha Verduras Zanahorias baby Floretes de brócoli Floretes de coliflor Palitos de apio Tomates cherry Rodajas de pepino Lechuga romana Verduras mixtas Sonrisas de patata Frijoles horneados vegetarianos Fruta Plátano fresco Manzanas Gala Naranja fresca Peras cortadas en cubitos	16	Plato principal del almuerzo Pan plano de costillas a la barbacoa Tiras de pollo Pizza de queso Pizza de pepperoni Wrap de pollo César Verduras Zanahorias baby Floretes de brócoli Floretes de coliflor Palitos de apio Tomates cherry Rodajas de pepino Lechuga romana Patatas gajo con piel Frijoles horneados vegetarianos Fruta Plátano fresco Manzanas Gala Naranja fresca Peras cortadas en cubitos	17	Plato principal del almuerzo Pollo y waffles con almíbar Sándwich Sloppy Joe Pizza de queso Pizza de salchicha Wrap de pollo estilo búfalo Verduras Zanahorias baby Floretes de brócoli Floretes de coliflor Palitos de apio Tomates cherry Rodajas de pepino Lechuga romana Judías verdes Sonrisas de patata Fruta Plátano fresco Manzanas Gala Naranja fresca Frutas mixtas	18	Plato principal del almuerzo Quesadilla de pollo y queso Sándwich de pollo picante Pizza de queso Pizza de pepperoni Wrap de pollo estilo búfalo Verduras Zanahorias baby Floretes de brócoli Floretes de coliflor Palitos de apio Tomates cherry Rodajas de pepino Lechuga romana Tater Tots Verduras mixtas Fruta Plátano fresco Manzanas Gala Naranja fresca Melocotones en cubitos	19		Plato principal del almuerzo Barra de papa al horno Palitos de Bosco Pizza de queso Pizza de pepperoni Verduras Zanahorias baby Floretes de brócoli Floretes de coliflor Palitos de apio Tomates cherry Rodajas de pepino Lechuga romana Puré de papas Maíz en grano entero Fruta Plátano fresco Manzanas Gala Naranja fresca Taza de puré de manzana

Plato principal del almuerzo Alitas sin hueso Hamburguesa con queso en pan Pizza de queso Pizza de salchicha Verduras Zanahorias baby Floretes de brócoli Floretes de coliflor Palitos de apio Tomates cherry Rodajas de pepino Lechuga romana Tater Tots Papas fritas onduladas Frijoles horneados vegetarianos Fruta Plátano fresco Manzanas Gala Naranja fresca Melocotones en cubitos	23	Plato principal del almuerzo Albóndigas asiáticas Palitos de pescado Pizza de queso Pizza de pepperoni de pavo Wrap de pollo estilo búfalo Wrap de pollo César Wrap crujiente de pollo ranchero Verduras Zanahorias baby Floretes de brócoli Floretes de coliflor Palitos de apio Tomates cherry Rodajas de pepino Lechuga romana Fruta Manzanas Gala Naranja fresca Peras cortadas en cubitos	24	Plato principal del almuerzo Sándwich de pavo y queso Sopa de pollo con fideos Tiras de pollo Pizza de queso Pizza de salchicha Wrap de pollo estilo búfalo Verduras Zanahorias baby Floretes de brócoli Floretes de coliflor Palitos de apio Tomates cherry Rodajas de pepino Lechuga romana Judías verdes Sonrisas de patata Fruta Plátano fresco Manzanas Gala Naranja fresca Frutas mixtas	25	Plato principal del almuerzo Nachos de carne y queso Sándwich de pollo picante Pizza de queso Pizza de pepperoni Wrap de pollo estilo búfalo Verduras Zanahorias baby Floretes de brócoli Floretes de coliflor Palitos de apio Tomates cherry Rodajas de pepino Lechuga romana Tater Tots Verduras mixtas Fruta Plátano fresco Manzanas Gala Naranja fresca Melocotones en cubitos	26	Plato principal del almuerzo Submarino de albóndigas Palitos de Bosco Pizza de queso Pizza de pepperoni Verduras Zanahorias baby Floretes de brócoli Floretes de coliflor Palitos de apio Tomates cherry Rodajas de pepino Lechuga romana Puré de papas Maíz en grano entero Fruta Plátano fresco Manzanas Gala Naranja fresca Taza de puré de manzana	27
No hay clases - Vacaciones de primavera	30	No hay clases - Vacaciones de primavera	31						

De conformidad con la Ley Federal de Derechos Civiles y las normas y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA), el USDA, sus agencias, oficinas, empleados e instituciones que participan o administran programas del USDA tienen prohibido discriminar por motivos de raza, color, nacionalidad, religión, sexo, discapacidad, edad, estado civil, situación familiar/parental, ingresos provenientes de un programa de asistencia pública, creencias políticas o represalias por actividades previas de derechos civiles, en cualquier programa o actividad realizada o financiada por el USDA (no todas las bases se aplican a todos los programas). Los recursos y los plazos para presentar quejas varían según el programa o incidente.

Las personas con discapacidad que requieran medios alternativos de comunicación para obtener información del programa (por ejemplo, braille, letra grande, audio, lenguaje de señas americano, etc.) deben comunicarse con la agencia estatal o local que administra el programa o con el USDA a través del Servicio de Retransmisión de Telecomunicaciones al 711 (voz y TTY). Además, la información del programa podría estar disponible en otros idiomas además del inglés.

Para presentar una queja por discriminación en el programa, complete el Formulario de Queja por Discriminación en el Programa del USDA, [AD-3027](#), disponible en línea en [Cómo Presentar una Queja por Discriminación en el Programa](#) y en cualquier oficina del USDA, o escriba una carta dirigida al USDA e incluya en ella toda la información solicitada. Para solicitar una copia del formulario de queja, llame al [\(866\) 632-9992](#). Envíe su formulario o carta completa al USDA por:

correo: Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, Oficina del Subsecretario de Derechos Civiles, 1400 Independence Avenue, SW, Mail Stop 9410, Washington, DC 20250-9410;
fax: [\(202\) 690-7442](#); o
correo electrónico: program.intake@usda.gov.

El USDA es un proveedor, empleador y prestamista que ofrece igualdad de oportunidades.