



Distrito Escolar de Mount Vernon

¡Educando a estudiantes saludables!

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
5 de octubre Corndog Sabritas Fruta fresca y verduras Leche 1% o entera	6 de octubre Pollo teriyaki Arroz al vapor Fruta fresca y verduras Leche 1% o entera	7 de octubre ¡NO HAY CLASES! No es para estudiantes Día de desarrollo profesional	8 de octubre Burrito con salsa picante Fruta fresca y verduras Leche 1% o entera	9 de octubre Pizza de queso Ensalada César Fruta fresca y verduras Leche 1% o entera
Surtido de panes para el desayuno <i>Fruta fresca y leche</i>	Mini Bageful de canela o fresa <i>Fruta fresca y leche</i>		Panqueque en palito <i>Fruta fresca y leche</i>	Rollito de canela <i>Fruta fresca y leche</i>
12 de octubre Palitos de pan rellenos de queso Salsa marinara Fruta fresca y verduras Leche 1% o leche con chocolate	13 de octubre Pasta al horno Pan de ajo Fruta fresca y verduras Leche 1% o entera	14 de octubre Hot dog Frijoles cocidos Fruta fresca y verduras Leche 1% o entera	15 de octubre Muslo de pollo al horno Pan de maíz y ensalada de col Fruta fresca y verduras Leche 1% o entera	16 de octubre Pizza de pepperoni Ensalada César Fruta fresca y verduras Leche 1% o entera
Surtido de panes para el desayuno <i>Fruta fresca y leche</i>	Mini Bageful de canela o fresa <i>Fruta fresca y leche</i>	Pizza de desayuno <i>Fruta fresca y leche</i>	Panqueque en palito <i>Fruta fresca y leche</i>	Rollito de canela <i>Fruta fresca y leche</i>
19 de octubre Nuggets de pollo Sunchips Melocotones en cubitos Fruta y verdura fresca Leche 1% o entera	20 de octubre Macarrones con queso Palito de pan Fruta fresca y verduras Leche 1% o entera	21 de octubre Hamburguesa de pollo empanizada Smiles de papa Fruta fresca y verduras Leche 1% o entera	22 de octubre Nachos con taco de pavo con pico de gallo Fruta fresca y verduras Leche 1% o entera	23 de octubre Pizza de pepperoni Ensalada César Fruta fresca y verduras Leche 1% o entera
Surtido de panes para el desayuno <i>Fruta fresca y leche</i>	Mini Bageful de canela o fresa <i>Fruta fresca y leche</i>	Pizza de desayuno <i>Fruta fresca y leche</i>	Panqueque en palito <i>Fruta fresca y leche</i>	Rollito de canela <i>Fruta fresca y leche</i>
26 de octubre Tiras de pollo Papitas fritas Peras en cubitos Fruta y verdura fresca Leche 1% o entera	27 de octubre Pollo a la mandarina Arroz al vapor Fruta fresca y verduras Leche 1% o entera	28 de octubre Hamburguesa Sabritas con sabor a barbacoa Fruta fresca y verduras Leche 1% o entera	29 de octubre Pizza de queso Ensalada César Fruta fresca y verduras Leche 1% o entera	30 de octubre ¡No hay clases! Día sin estudiantes Happy Halloween! 
Surtido de panes para el desayuno <i>Fruta fresca y leche</i>	Mini Bageful de canela o fresa <i>Fruta fresca y leche</i>	Pizza de desayuno <i>Fruta fresca y leche</i>	Panqueque en palito <i>Fruta fresca y leche</i>	