

# SEPTEMBER 2024

## Escuela secundaria y preparatoria Mineral Point

### LUNCH



Leche a elegir: 1% Blanca o Chocolate Descremada  
incluido con Almuerzo. Para Preguntas contacte con FSD  
Kimmy Mumm en [foodservedirector@mp.k12.us](mailto:foodservedirector@mp.k12.us)  
o 608-987-0734

llamar



¡Septiembre es el mes de los cereales integrales! Procura que al menos la mitad de los cereales que consumes sean integrales. Busca las palabras “100 % cereales integrales” o “100 % trigo integral” en la etiqueta de los alimentos. Los cereales integrales aportan más nutrientes, como fibra, que los cereales refinados.



### MONDAY

Día laboral

2

Perrito caliente o hamburguesa de pollo, patatas fritas, frijoles horneados, barra de frutas y verduras, leche al 1 %

3

Sándwich de cerdo a la barbacoa o salchicha de maíz, papas fritas, barra de frutas y verduras, leche al 1 %

4

Rollos de lasaña o pizza a elegir, judías verdes, barra de frutas y verduras, leche al 1 %

5

Sloppy Joe o pizza dippers, brócoli asado, barra de frutas y verduras, leche al 1 %

6

Tostada francesa y hamburguesa de salchicha, o salchicha de maíz, papas fritas, barra de frutas y verduras, leche al 1 %

9

Taco de tortilla blanda o pizza a elección, arroz integral, frijoles refritos, barra de frutas y verduras, leche al 1 %

10

Sándwich de albóndigas o pizza con salsa, judías verdes, barra de frutas y verduras, leche al 1 %

11

Patatas gratinadas y jamón o pizza a elección, maíz, barra de frutas y verduras, leche al 1 %

12

Jamón y queso caliente o salchicha, brócoli asado, barra de frutas y verduras, leche al 1 %

13

Sándwich de pollo a la barbacoa o hamburguesa de pollo, papas fritas, barra de frutas y verduras, leche al 1 %

16

Nachos de carne o pizza a elección, frijoles negros, barra de frutas y verduras, leche al 1 %

17

Pasta con salsa de carne o pizzas para untar, brócoli asado, barra de frutas y verduras, leche al 1 %

18

Pollo al horno o pizza a elección, barra de maíz, frutas y verduras, leche al 1 %

19

Pollo a la naranja o tiras de pollo, arroz integral, barra de frutas y verduras, leche al 1 %

20

Panqueques con huevos revueltos o salchichas de maíz, papas para el desayuno, barra de frutas y verduras, leche al 1 %

23

Taco de carne de res o pizza a elección, frijoles refritos, barra de frutas y verduras, leche al 1 %

24

Gualash o pizza, barra de maíz, frutas y verduras, leche al 1 %

25

Sándwich de queso tostado y sopa de tomate o pizza a elección Barra de frutas y verduras, leche al 1 %

26

Sándwich de costillas a la barbacoa o pollo con palomitas de maíz picantes, brócoli asado, barra de frutas y verduras, leche al 1 %

27

Hamburguesa o hamburguesa de pollo, papas fritas, barra de frutas y verduras, leche al 1 %

30

Los menús están sujetos a cambios sin previo aviso. Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

