

<b>Semana 1</b>	<b>Lunes</b>	<b>Martes</b>	<b>Miércoles</b>	<b>Jueves</b> <b>Diciembre 1</b>	<b>Viernes</b> <b>Diciembre 2</b>
<b>Carne / alternativa de carne y cereales</b>  <b>Elección de plato principal 1</b>  <b>Opción 1 o bien, Opción 2</b>				Sándwich de bife con queso en rollo de pan integral o bien, Pizza Big Daddy	Pizza Big Daddy o bien, -Hamburguesa de pollo picante o regular en pan
<b>Vegetales: Elegir 1 o 2</b>				-Ensalada del chef con papas horneadas Sun y panecillo integral	Ensalada del chef con papas horneadas Sun y muffin integral
<b>Frutas: Elegir 1 o 2</b>				Papas tipo fritas al horno -Zanahorias bebé frescas con aderezo tipo ranch bajo en grasa	-Brócoli sazonado -Ensalada mixta del jardín
<b>Leche Elegir 1</b>				Puré de manzana -Jugo de fruta 100 %	-Naranja fresca -Jugo de fruta 100 %
				-Semidescremada -Descremada de chocolate -Descremada	-Semidescremada -Descremada de chocolate -Descremada

**“Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades”.**

<b>Semana 2</b>	<b>Lunes</b> <b>Diciembre 5</b>	<b>Martes</b> <b>Diciembre 6</b>	<b>Miércoles</b> <b>Diciembre 7</b>	<b>Jueves</b> <b>Diciembre 8</b>	<b>Viernes</b> <b>Diciembre 9</b>
<b>Carne / alternativa de carne y cereales</b>  <b>Elección de plato principal 1</b>  <b>Opción 1 o bien, Opción 2</b>	Hamburguesa RPS con o sin queso en pan integral o bien, Sándwich de hamburguesa de pollo	Macarrones y queso con albóndigas y grisines integrales o bien, Pizza Big Daddy	Pollo horneado con relleno/salsa espesa/salsa de arándanos/bocadillos o bien, Nachos con carne de vaca	<b>Desayuno de almuerzo</b> Salchicha de pavo Bastones tostados a la francesa o bien, Perro caliente/salchicha empanizada en pan	Bocadillos de pizza con Salsa marinara
	-Ensalada del chef con papas horneadas Sun y panecillo integral	Ensalada del chef con papas horneadas Sun y panecillo integral	-Ensalada del chef con papas horneadas Sun y panecillo integral	-Ensalada del chef con papas horneadas Sun y panecillo integral	-Ensalada del chef con papas horneadas Sun y panecillo integral
<b>Vegetales:</b> <b>Elegir 1 o 2</b>	Frijoles horneados Taza de pepinillos tomate/lechuga	Judías verdes con condimento  -Zanahorias bebé frescas con aderezo tipo ranch bajo en grasa  Ensalada verde mixta	Puré de papas  Judías verdes  Zanahorias bebé	-Hamburguesa de papa crocante  -Zanahorias bebé frescas con aderezo tipo ranch bajo en grasa	-Maíz sazonado  -Pote de pepinos y tomates con aderezo tipo Ranch bajo en grasas
<b>Frutas:</b> <b>Elegir 1 o 2</b>	-Manzana fresca -Taza de durazno congelado	-Naranja fresca -Jugo de fruta 100 %	-Pote de frutas refrigeradas -Taza de durazno congelado	-Fruta fresca de temporada -Jugo de fruta 100 %	-Fresas frescas -Taza de durazno congelado
<b>Leche</b> <b>Elegir 1</b>	-Semidescremada -Descremada de chocolate -Descremada	-Semidescremada -Descremada de chocolate -Descremada	-Semidescremada -Descremada de chocolate -Descremada	-Semidescremada -Descremada de chocolate -Descremada	-Semidescremada -Descremada de chocolate -Descremada

<b>Semana 3</b> Carne / alternativa de carne y cereales	<b>Lunes</b> Diciembre 12	<b>Martes</b> Diciembre 13	<b>Miércoles</b> Diciembre 14	<b>Jueves</b> Diciembre 15	<b>Viernes</b> Diciembre 16
<b>Elección de plato principal 1</b>  <b>Opción 1</b> <b>O bien,</b> <b>Opción 2</b>	Hamburguesa RPS con o sin queso en pan integral o bien, Pizza Big Daddy	Pasta con salsa de carne y grisesines integrales o bien, Sándwich de carne fría o fiambre con papas fritas	Tiras de pollo con masa y aderezos o bien, Postre helado de fresa o vainilla	Sándwich de bife con queso en rollo de pan integral o bien, Sándwich de pollo picante	Pizza Big Daddy
	-Ensalada del chef con papas horneadas Sun y panecillo integral	--Ensalada del chef con papas horneadas Sun y panecillo integral	-Ensalada del chef con papas horneadas Sun y panecillo integral	-Ensalada del chef con papas horneadas Sun y panecillo integral	-Ensalada del chef con papas horneadas Sun y panecillo integral
<b>Vegetales:</b> <b>Elegir 1 o 2</b>	-Frijoles horneados -Taza de pepinillos/tomate/lechuga	-Brócoli sazonado -Ensalada mixta del jardín	Papas fritas -Taza de pepinillos/ -Taza de tomate/lechuga	-Puré de papas -Judías verdes -Zanahorias bebé	Mazorca de maíz Ensalada mixta de primavera
<b>Frutas:</b> <b>Elegir 1 o 2</b>	-Manzana fresca -Taza de durazno congelado	-Naranja fresca -Jugo de fruta 100 %	-Sandía fresca -Taza de durazno congelado	-Pote de frutas refrigeradas -Jugo de fruta 100 %	-Fresas frescas -Taza de durazno congelado
<b>Leche</b> <b>Elegir 1</b>	-Semidescremada -Descremada de chocolate -Descremada	-Semidescremada -Descremada de chocolate -Descremada	-Semidescremada -Descremada de chocolate -Descremada	-Semidescremada -Descremada de chocolate -Descremada	-Semidescremada -Descremada de chocolate -Descremada

<b>Lunes</b> Diciembre 19	<b>Martes</b> Diciembre 20	<b>Miércoles</b> Diciembre 21	<b>Jueves</b> Diciembre 22	<b>Viernes</b> Diciembre 23
<b>Lunes</b> Diciembre 26	<b>Martes</b> Diciembre 27	<b>Miércoles</b> Diciembre 28	<b>Jueves</b> Diciembre 29	<b>Viernes</b> Diciembre 30



(Feliz navidad)

De conformidad con la ley federal de derechos civiles, así como con las normas y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de EE. UU. (USDA), esta institución tiene prohibido discriminar por motivos de raza, color, nacionalidad, sexo (incluso la identidad de género y la orientación sexual), discapacidad, edad, o tomar represalia o retaliaciones por actividades previas a los derechos civiles.

La información sobre el programa puede ofrecerse en otros idiomas además de inglés. Las personas con discapacidades que requieran medios alternativos de comunicación para obtener información del programa (por ejemplo, Braille, letra grande, cinta de audio, lenguaje de señas estadounidense), deben comunicarse con la agencia estatal o local responsable que administre el programa o con el Centro TARGET del USDA al (202) 720- 2600 (voz y TTY) o contactarse con el USDA a través del Servicio Federal de Retransmisión al (800) 877-8339.

Para presentar un reclamo por discriminación en el programa, la persona que reclame debe completar un formulario AD-3027, formulario de reclamos por discriminación del programa de USDA, el cual puede obtenerse desde Internet en: <https://www.usda.gov/sites/default/files/documents/USDA-OASCR%20P-Complaint-Form-0508-0002-508-11-28-17Fax2Mail.pdf>, en cualquier oficina del USDA, llamando al (866) 632-9992, o por carta al USDA. La carta debe contener el nombre, la dirección, el número de teléfono y una descripción escrita de la supuesta acción discriminatoria del denunciante con suficiente detalle para informar al Subsecretario de Derechos Civiles (ASCR) sobre la naturaleza y la fecha de la supuesta violación de los derechos civiles. El formulario AD-3027 completo o la carta deben enviarse al USDA por:

1. **Correo:**  
U.S. Department of Agriculture  
Office of the Assistant Secretary for Civil Rights  
1400 Independence Avenue, SW  
Washington, D.C. 20250-9410; o
2. **Fax:**  
(833) 256-1665 o (202) 690-7442; o
3. **Correo electrónico:**  
[program.intake@usda.gov](mailto:program.intake@usda.gov)

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.