



Ciclo 1

ESCUELA SECUNDARIA HEREDADA Menú de Almuerzo

Semana del 30 de septiembre

KIPP:INDY
PUBLIC SCHOOLS

Powering
potential.

DESAYUNO*

ENTRANTE

PARRILLA &
PIZZA

EXPRESAR

FRUTAS & VERDURA

	MON	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIE
DESAYUNO*	Desayuno Pizza, PopTart y Queso en Tiras	Galleta de pollo campestre, muffin y Graham	Cinni Minis, barra de cereales y yogur	Galleta de pollo campestre, PopTart y Graham	Donut de azúcar y canela, muffin y queso en tiras
ENTRANTE	Deslizadores de hamburguesa de pollo con salsa 'Legacy'	T. Barbacoa Tacos Suaves y Arroz con Cilantro	Albóndigas asiáticas y arroz frito	Tostadas francesas y salchicha T.	Nachos de ternera
PARRILLA & PIZZA	Hamburguesa con queso, Pizza con queso	Pollo picante, pizza de pepperoni	Filetes y rollo de pollo, pizza de queso	Hamburguesa crujiente Sriracha, pizza de pepperoni	Hamburguesa de pollo, palitos de pizza
EXPRESAR	Paquete de muffins, ensalada César de pollo y panecillo	Sub de pavo y queso, ensalada de huevo y panecillo	Paquete de pizza de pan plano Ensalada César de pollo y panecillo	C. Sándwich de jamón y queso, ensalada de huevo con panecillo	Paquete de muffins, ensalada César de pollo y panecillo
FRUTAS & VERDURA	judías verdes, brócoli fresco, rodajas de naranja, taza de puré de manzana	maíz dulce, pimientos rojos, peras cortadas en cubitos, pasas	Brócoli al vapor, rodajas de pepino fresco, duraznos cortados en cubitos, rodajas de manzana	Tater Tots, palitos de apio, puré de manzana, pasas	Kickin' Pintos, zanahorias baby, frutas mixtas, rodajas de manzana

Los menús están sujetos a cambios.

Diario Opciones:

Parrilla giratoria, pizzas frescas, compresas frías exprés, sándwiches y ensaladas

Diario Desayuno:

Elección de plato principal, cereal y graham, elección de fruta

Todas las comidas deben incluir la opción de: frutas y/o verduras

y puede incluir:
Leche baja en grasa al



Esta institución es una sociedad de iguales
Proveedores de oportunidades





KIPP:INDY
PUBLIC SCHOOLS

Powering
potential.

MENÚ CICLO 2

ESCUELA SECUNDARIA MENÚ DE MEDIODÍA

Semana del 7 de octubre

	MON	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIE
DESAYUNO*	Palillo de panqueques Parfait de fresa	Salchicha, huevo y queso Bagel Muffin y yogur	Barrita de cereales Apple Frudel & Graham	Salchicha, huevo y queso Bagel Pop Tart & Graham	Bocaditos de panqueques Pan de arándanos
ENTRANTE	Macarrones con queso de búfalo	Tazón de pollo campestre con galleta	Chili de ternera con poppers de pan de maíz	Pasta Penne con queso y palitos de pan	Pan plano de pollo a la barbacoa
PARRILLA & PIZZA	Pizza de queso y queso para perros con chile	Pizza picante de pollo y pepperoni	Pizza de queso y queso para perros con chile	Hamburguesa de queso Pizza de pepperoni	Crujientes de pizza para perros con queso y chile
EXPRESAR	Haz tu propio paquete de pizza Peperoni	Ensalada Baja con Pan Plano	Haz tu propio paquete de pizza de pepperoni	Ensalada Baja con Pan Plano	Haz tu propio paquete de pizza de pepperoni
FRUTAS Y VERDURAS	Brócoli al vapor, palitos de apio, fruta a elección	Maíz al vapor, zanahorias baby, fruta a elección	Zanahorias al vapor, brócoli fresco, fruta a elección	judías verdes, pepino en rodajas, fruta a elección	Frijoles horneados, zanahorias baby, fruta a elección

Los menús están sujetos a cambios.



Opciones diarias:
Parrilla giratoria, pizzas frescas
Compresas frías, sándwiches y ensaladas exprés

Desayuno diario:
Elección de plato principal, cereal y graham, elección de fruta

Todos los _____ almuerzos deben incluir la opción de: frutas y/o verduras y puede incluir:
Leche baja en grasa al



Esta institución es una sociedad de iguales
Proveedores de oportunidades



Powering
potential.

Menú de ciclo 3

ESCUELA SECUNDARIA MENÚ DE MEDIODÍA

Semana del 14 de octubre

DESAYUNO*

ENTRANTE

PARRILLA & PIZZA

EXPRESAR

FRUTAS Y VERDURAS

	MON	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIE
DESAYUNO*	Burrito de salchicha de pavo, huevo y queso Parfait de melocotón	Muffin de huevo y queso barra de cereales y Graham	Palitos de tostadas francesas Parfait de melocotón	Muffin de huevo y queso Muffin y palito de queso	Gofres de arándanos melocotón perfecto
ENTRANTE	Empanada de pescado derretida	Kickin' Bean & Beef Tortilla Bowl	Penne Alfredo de pollo con tostadas tejanas	Pollo a la naranja con arroz	Sub de albóndigas
PARRILLA & PIZZA	Sándwich de cerdo desmenuzado Pizza de queso	Pizza picante de pollo y salchicha	Sándwich de cerdo desmenuzado Pizza de queso	Pizza de hamburguesa con queso y salchicha	Sándwich de cerdo desmenuzado Bosco Sticks
EXPRESAR	Sándwich de pavo	Paquete de muffins	Sándwich de pavo	Paquete de muffins	Sándwich de pavo
FRUTAS Y VERDURAS	Frijoles horneados, ensalada de col, fruta a elección	Maíz, zanahorias baby, fruta a elección	Brócoli al vapor, palitos de apio, fruta a elección	zanahorias asadas, pepino en rodajas, fruta a elección	Judías verdes, ensalada de lechuga romana, fruta a elección

Los menús están sujetos a cambios.

Opciones diarias:
Parrilla giratoria, pizzas frescas
Compresas frías, sándwiches y ensaladas exprés

Desayuno diario:
Elección de plato principal, cereal y graham, elección de fruta

Todos los _____ almuerzos deben incluir la opción de: frutas y/o verduras y puede incluir: Leche baja en grasa al 1%



Esta institución es una sociedad de iguales
Proveedores de oportunidades



KIPP:INDY
PUBLIC SCHOOLS

Powering
potential.

Menú de ciclo 4

ESCUELA SECUNDARIA
MENÚ DE MEDIODÍA

Semana del 21 de octubre

	MON	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIE
DESAYUNO*	Desayuno Pizza Strawberry Pop Tart & Graham	Salchicha de pavo, bizcocho, muffin y palillo de queso	Barra de cereales de dona y Graham	Salchicha de pavo Galleta de pan de limón	Tarta Pop Cherry Frudel & Graham
ENTRANTE	Sándwich de pan plano cubano	Barbacoa de Pavo Barilla Quesadilla	Ternera del General Tso con Arroz y Rollo de Huevo	Waffles y salchichas	Macarrones con queso Buffalo con rollo
PARRILLA & PIZZA	Pizza de queso y hamburguesa con queso y tocino	Pizza Peperoni de Pollo Picante	Pizza de queso y hamburguesa con queso y tocino	Pizza Peperoni de Pollo Picante	Bacon Hamburguesa con queso y palitos de mozzarella
EXPRESAR	Ensalada de huevo Chef	Paquete de muffins	Ensalada de huevo Chef	Paquete de muffins	Ensalada de huevo Chef
FRUTAS Y VERDURAS	Patatas fritas, ensalada romana, fruta a elección	Frijoles pintos, zanahorias pequeñas, asálati, fresco selecto, fruta elegida	zapañas, asálati, de Fruta	Tater Tots, palitos de apio, elección de frutas	Brócoli asado, pepino en rodajas, fruta a elección

Los menús están sujetos a cambios.

Opciones diarias:

Parrilla giratoria, pizzas frescas
Compresas frías, sándwiches y ensaladas exprés

***Desayuno diario:**

Elección de plato principal, cereal y graham, elección de fruta

Todos los _____ almuerzos deben incluir la opción de: frutas y/o verduras

y puede incluir:
Leche baja en grasa al 1%



Esta institución es una sociedad de iguales
Proveedores de oportunidades





Powering
potential.

MENÚ CICLO 5

ESCUELA SECUNDARIA
MENÚ DE MEDIODÍA

Semana del 28 de octubre

	MON	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIE
DESAYUNO*	Tarta de panqueques y Graham	Bagel de pollo, jamón y huevo, barra de cereales y yogur	Waffles Barra Benéfica con Chispas de Chocolate	Dona de calabaza con especias Calabaza Avena durante la noche	Mini panqueques Muffin y palillo de queso
ENTRANTE	Sándwich de pavo dulce y picante	Pan plano de pollo a la pamesana	Taco andante con arroz mexicano	Tenders Cicken y Muffin de calabaza cuadrado	Canasta picante de pollo y nuggets
PARRILLA & PIZZA	Sándwich de bistec frito campestre Pizza de queso	Pizza Peperoni de Pollo Picante	Sándwich de bistec frito campestre Pizza de queso	Pizza Peperoni de Pollo Picante	Palitos de pizza de sándwich de bistec frito campestre
EXPRESAR	Sándwich de jamón y queso	Ensalada de Jamón Chef con Rollo	Sándwich de jamón y queso	Ensalada de Jamón Chef con Rollo	Sándwich de jamón y queso
FRUTAS Y VERDURAS	Papas fritas, pimientos rojos, fruta a elección	Zanahorias glaseadas, brócoli fresco, fruta selecta	Maíz al vapor, pepino en rodajas, fruta a elección	Judías verdes, palitos de apio, fruta a elección	Frijoles horneados, zanahorias baby, fruta a elección

Los menús están sujetos a cambios.

Opciones diarias:

Parrilla giratoria, pizzas frescas
Compresas frías, sándwiches y ensaladas exprés

Desayuno diario:

Elección de plato principal, cereal y graham, elección de fruta

Todos los _____ almuerzos deben incluir la opción de: frutas y/o verduras
y puede incluir:
Leche baja en grasa al 1%



Esta institución es una sociedad de iguales
Proveedores de oportunidades

