



Ciclo del menu 1

KIPP Indy Unite & College Prep Menu del Almuerzo

Semanas de: 1/26, 3/2, 4/6, 5/11

Desayuno *

Plato Principal

Parrilla

Exprés

Frutas y Verduras

| | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|-------------------|--------------------------------|--|--|---------------------------------|------------------------------------|
| Desayuno * | Pop Tart y graham con fruta | Barra de cereal con queso y fruta | Pastel de manzana con fruta | Ronda de canela con fruta | Cereal con graham y fruta |
| Plato Principal | Hamburguesa de pollo | Tacos de pavo a la barbacoa | Pollo a la narnaja con arroz | Tostada Francesca con salchia | Pizza de pepperoni |
| Parrilla | La eleccion del gerente | La eleccion del gerente | La eleccion del gerente | La eleccion del gerente | La eleccion del gerente |
| Exprés | Has tu propia pizza de bagel | Ensalada del chef con panecillo | Has tu propia pizza de bagel | Ensalada del chef con panecillo | Has tu propia pizza de bagel |
| Frutas y Verduras | Papas fritas, brocoli, y fruta | Frijoles pintos, pimiento rojo y fruta | Guisantes y zanahorias, Edamame, y fruta | Papas fritas, apio y fruta | Lechuga romana, zanahorias y fruta |

Los menús están sujetos a cambios..

Las opciones diarias de fruta pueden incluir una combinación de las siguientes: manzanas enteras, naranjas, piñas, jugo de 4 oz, tazas de fruta y rodajas de manzana.

All Todos los almuerzos deben incluir: Frutas y/o Verduras Y pueden incluir: Leche baja en grasa al 1%



Esta institución ofrece igualdad de oportunidades.





Ciclo del menu 2

KIPP Indy Unite & College Prep Menu del Almuerzo

Semanas de: 2/2, 3/9, 4/13, 5/18

Powering
potential.™

Desayuno *

Plato Principal

Parrilla

Exprés

Frutas y Verduras

| | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|-------------------|--|--|----------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------|
| Desayuno * | Cereal con graham ay fruta | Barra de Nutrigrain con queso y fruta | Mini bagel de fresa con fruta | Rounda de chocolate y avena con fruta | Barra de cereal con graham y fruta |
| Plato Principal | Mini salchichas y macarrones con queso | Nachos de carne | Tazon de pure de papas con pollo | Pollo con waffle | Plaito de pizza con queso de bufalo |
| Parrilla | La eleccion del gerente | La eleccion del gerente | La eleccion del gerente | La eleccion del gerente | La eleccion del gerente |
| Exprés | Sandwich de pavo | Ensalada del chef con panceillo | Sandwich de pavo | Ensalada del chef con panecillo | Sandwich de pavo |
| Frutas y Verduras | brocoli, apio y fruta | Frijoles negros, pimiento rojo y fruta | Zahahoria y fruta | Papas fritas, pepino y fruta | Lechuga romana, zahahoria y fruta |

Los menús están sujetos a cambios.

Las opciones diarias de fruta pueden incluir una combinación de las siguientes: manzanas enteras, naranjas, piñas, jugo de 4 oz, tazas de fruta y rodajas de manzana

Todos los almuerzos deben incluir: Frutas y/o Verduras Y pueden incluir: Leche baja en grasa al 1%



Esta institución ofrece igualdad de oportunidades.





Ciclo del menu 3

KIPP Indy Unite & College Prep Menu del Almuerzo

Semanas de: 1/5, 2/9, 3/16, 4/20

Desayuno *

Plato Principal

Parrilla

Exprés

Frutas y Verduras

| | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|-------------------|---|---|----------------------------|---|--|
| Desayuno * | Cereal con graham y fruta | Pan de arandanos y fruta | Pan de chocolate y fruit | Bagel con marmelada y fruta | Barra de Nutrigrain con graham y fruta |
| Plato Principal | Tacos de carne | Salchicha con Pan | Pollo con miel y galleta | panqueques y tortilla de huevo | Palito de pan con queso |
| Parrilla | La eleccion del gerente | La eleccion del gerente | La eleccion del gerente | La eleccion del gerente | La eleccion del gerente |
| Exprés | Sandwich de pavo | Ensalada de pollo y queso con panecillo | Sandwich de pavo | Ensalada de pollo y queso con panecillo | Sandwich de pavo |
| Frutas y Verduras | Frijoles negros, lechuga romana y fruta | Brocoli, zanahorias y fruta | Papas fritas, apio y fruta | Papas fritas, pepino, y fruta | Espinacas, pimiento rojo, y fruta |

Los menús están sujetos a cambios.

Las opciones diarias de fruta pueden incluir una combinación de las siguientes: manzanas enteras, naranjas, piñas, jugo de 4 oz, tazas de fruta y rodajas de manzana

Todos los almuerzos deben incluir: Frutas y/o Verduras Y pueden incluir: Leche baja en grasa al 1%



Ciclo del menu 4

KIPP Indy Unite & College Prep Menu del Almuerzo

Semanas de: 1/12, 2/16, 3/23, 4/27

Powering
potential.

Desayuno *

Plato Principal

Parrilla

Exprés

Frutas y Verduras

| | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|-------------------|--|---|-----------------------------------|-------------------------------|----------------------------------|
| Desayuno * | Barra de cereals con queso en hebras y fruta | Barra de avena con chispas de chocolate y fruta | Waffle de arce y fruta | Cereal y yogur y fruta | Pop Tart y graham y fruta |
| Plato Principal | Hamburguesa de pollo | Pollo lo mein | Penne con marinara y albondigas | Gofres y salchichas | Pizza de queso |
| Parrilla | La eleccion del gerente | La eleccion del gerente | La eleccion del gerente | La eleccion del gerente | La eleccion del gerente |
| Exprés | Has tu propia pizza de pan plano | Ensalada con pollo y pancillo | Has tu propia pizza de pan plano | Ensalada con pollo y pancillo | Has tu propia pizza de pan plano |
| Frutas y Verduras | frijoles horneados, brocoli, y fruta | Brocoli, zanahorias y fruta | Judidas verdes, zanhorias y fruta | Papas fritas, pepino y fruta | Pepino, zanhorias y fruta |

Los menús están sujetos a cambios..

Las opciones diarias de fruta pueden incluir una combinación de las siguientes: manzanas enteras, naranjas, piñas, jugo de 4 oz, tazas de fruta y rodajas de manzana

Todos los almuerzos deben incluir: Frutas y/o Verduras Y pueden incluir: Leche baja en grasa al 1%



Esta institución ofrece igualdad de oportunidades.





KIPP:INDY
PUBLIC SCHOOLS

Ciclo del menu 5

KIPP Indy Unite & College Prep Menu del Almuerzo

Semanas de: 1/19, 2/23, 3/30, 5/4

Powering
potential.™

Desayuno *

Plato Principal

Parrilla

Exprés

Frutas y Verduras

| | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|-------------------|---------------------------------|---------------------------------------|---|------------------------------------|--------------------------------------|
| Desayuno * | Cereal con gran y fruta | Pop Tart con yogur y fruta | Gofre de arándanos y fruta | Pan de calabaza y fruta | Barra de cereales con graham y fruta |
| Plato Principal | Hamburguesa con queso y tocino | Tiras de pollo con nudo de ajo | Taco amputante | Waffle de arce con omelet de queso | Palitos de pizza |
| Parrilla | La eleccion del gerente | La eleccion del gerente | La eleccion del gerente | La eleccion del gerente | La eleccion del gerente |
| Exprés | Sandwich de jamon de pollo | Ensalada del chef con pancillo | Sandwich de jamon de pollo | Ensalada del chef con pancillo | Sandwich de jamon de pollo |
| Frutas y Verduras | Fritas, palitos de apio y fruta | Frijoles horneados, calabacin y fruta | Frijoles Pintos, pimientos rojos, y fruta | Fritas, brocoli y fruta | Espinacas, zanahorias y fruta |

Los menús están sujetos a cambios..

Las opciones diarias de fruta pueden incluir una combinación de las siguientes: manzanas enteras, naranjas, piñas, jugo de 4 oz, tazas de fruta y rodajas de manzana.

Todos los almuerzos deben incluir: Frutas y/o Verduras Y pueden incluir: Leche baja en grasa al 1%

aramark
STUDENT
NUTRITION

Esta institución ofrece igualdad de oportunidades.