








Menú de Almuerzo por Jean Massieu Academy

Enero 2024



| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---|---|---|--|--|
| 1  | 2 | 3 | 4 Queso Nachos <i>real</i> - chips de tortilla grano entero frijoles refritos caseros 'ensalada' nacho fresca pina en juro frío elección de leche | 5 Perro Caliente con Chili y queso, rollo grano entero vaquero hasta frijoles pintos palitos de verduras frescas y ranch fruta mixta y Jello* elección de leche |
| 8 Sandwich de Pollo Emapanado con pan integral y pepinillos papas cortadas arrugadas guisantes verde mantaquilla fruta fresca de temporada elección de leche | 9 Toasted Cheese Sandwich * three cheeses-whole wheat bread bbq frijoles pintos 'charros' verdura frescas ensalada duraznos en rodajas frío elección de leche | 10 Pasta de Pollo Asado Alfredo rollo de grano entero mezcla de veduras de California ensalada verde fresca y ranch mezcla de frutas de fresa elección de leche | 11 Pizza de Queso Redonda sobre una sauve masa de pita integral ensalada Caesar tomates fresca de uva fruta fresca de temporada elección de leche | 12  Taco de Carne Sauve con tortillas de harina y queso arroz verde y maíz, taco ensalada frijoles negros con cilantro fruta fresca local de Tejas elección de leche |
| 15 Dia de MLK | 16 Maccarrones con Queso * rollo 'rustico' de grano entero guisantes y zanahorias sazanados ensalada de espinacas frescas mezcla de frutas frío elección de leche | 17 Pollo al Limon al Horno rollo de grano entero pliaf de arroz con frijoles rojo ensalada verde fresca y ranch duraznos en rodajas frío elección de leche | 18  Queso Nachos <i>real</i> * chips de tortilla grano entero frijoles refritos caseros rodajas de pepino fresco y ranch fruta mixta y Jello* elección de leche | 19 Sub Abondigas Italianas bollo de conej de grano entero papas al horno 'cubitos' ensalada tres frijoles fruta fresca de temporada elección de leche |
| 22 Palamitas de Pollo rollo de grano entero pure de papas reales zanahoria sazonadas fruta fresca de temporada elección de leche | 23 Hamburguesa con Queso con pan integral papas picadas al horno palitos de verduras frescas y ranch pure de manzana frío elección de leche | 24 Pizza de Queso Cuadrada en corteza de grano entero ensalada tres frijoles Italiano ensalada verde fresca y ranch mezcla de frutas frío elección de leche | 25  Pastel de Chili con Fritos* nuestra chili con carne y cheddar frijoles pintos triturados ensalada de lechuga/tomate, salsa fruta fresca local de Tejas elección de leche | 26 No Clases |
| 29 Sandwich Tostado de Queso * tres quesos-pan integral tater tos horneadas sazonadas zanahoria bebe fresca y ranch fruta fresca de temporada elección de leche | 30 Nuggets de Pollo al Horno rollo de grano entero pure de papas al ajo guisantes verde al vapor fruta mixta fría elección de leche | 31  Pollo a la Barbacoa Lone Star muffin de maíz recién horneado Texas frijoles blancos ensalada de repollo y maíz 'slaw' fruta fresca local de Tejas elección de leche | | |

Sirviendo esos verdaderos sabores, recetas y tradiciones de Texas con la mayor frecuencia posible...

* = no carnico



Fruit & Produce
es de
temporada local

" Las salsas, frijoles, ensaladas, pastas, panadería recién horneada
y similares se cocinan en casa con nuestras recetas saludables

un menu sin cerdo y
mani











Menu de Desayuno por Jean Massieu Academy

Enero 2024



| LUNES | MARTES | MIERCOLES | JUEVES | VIERNES |
|--|---|---|---|---|
| 1  | 2 | 3 | 4 melon recién cortada jugo de fruta 100% o fruta, leche * bischoco integral caliente ~ con mantequilla solar y gelatina -- | 5 taza de pure de manzana jugo de fruta 100%, leche rollo de canela recién horneado ~ glaseada frambuesa caliente  |
| 8 manzanas con canela frío jugo de fruta 100% o fruta, leche * yogur con fruta bocadillos de galletas grahams -- | 9  naranja recién cortada jugo de fruta 100%, leche * burrito con frijoles y queso ~ tortilla integral - salsa casera -- | 10 pantano fresco jugo de fruta 100% o fruta, leche * 'West, Texas' kolache caliente con pavo 'jamón' y queso -- | 11 pure de manzana frío jugo de fruta 100%, leche * patatas de desayuno con queso y saichicha de pavo enlace -- | 12 duraznos en rodajas frío jugo de fruta 100%, leche fruta fresca y yogur cereal: la mezcla de O's manzana -- |
| 15 Día de MLK | 16 naranja recién cortada jugo de fruta 100%, leche * barra de cereal de frutas pallito de queso -- | 17 pantano fresco jugo de fruta 100%, leche * rollo de salchicha perro caliente de pavo y queso | 18 tazo de melón recién cortado jugo de fruta 100% o fruta, leche * bischoco integral caliente ~ con mantequilla solar y gelatina | 19  frutas mixtas frías jugo de fruta 100%, leche 6' taquito de desayuno con saichicha de carne-huevo-queso  |
| 22 duraznos en rodajas frío jugo de fruta 100% o fruta, leche * palitos Franceses caliente ~ con lado de jarabe -- | 23 naranja recién cortada jugo de fruta 100%, leche * panque inglés sandwich con huevo-queso-pavo 'jamón' -- | 24  pantano fresco jugo de fruta 100%, leche * 6' quesadilla de desayuno con huevo y carne -- | 25 frutero recién cortado jugo de fruta 100% o fruta, leche * bischoco integral caliente ~ con mantequilla solar y gelatina -- | 26 no clases |
| 29 duraznos en rodajas frío jugo de fruta 100% o fruta, leche * 6' taquito de desayuno salchicha de pavo-huevo-queso -- | 30  naranja recién cortada jugo de fruta 100%, leche * 'West, Texas' kolache caliente con pavo 'jamón' y queso -- | 31 pantano fresco jugo de fruta 100%, leche * biscocho de grano entero con pechuga de pollo -- | | |

Sirviendo esos verdaderos sabores, recetas y tradiciones de Texas con la mayor frecuencia posible...

~ = no carnico



La fruta es estacional de origen local. Cuando esté disponible

Fresca al Hocalquier artículo de panadería se hornea en casarno

un menu sin cerdo y mani



Toda la salchicha y el jamón están hechos de pavo



1% or Skim Milk





Aviso de derechos civiles: De acuerdo con la ley federal de derechos civiles y las normas y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA), el USDA, sus agencias, oficinas y empleados, y las instituciones que participan o administran los programas del USDA tienen prohibido discriminar en base a raza, color, origen nacional, religión, sexo, identidad de género (incluida la expresión de género), orientación sexual, discapacidad, edad, estado civil, estado familiar/paternidad, ingresos derivados de un programa de asistencia pública, creencias políticas o represalia o represalia por actividades anteriores de derechos civiles, en cualquier programa o actividad realizada o financiada por el USDA (no todas las bases se aplican a todos los programas). Los platos de reparación y presentación de quejas varían según el programa o el incidente. Las personas con discapacidades que requieran medios alternativos de comunicación para la información del programa (p. ej., Braille, letra grande, cinta de audio, lenguaje de señas estadounidense, etc.) deben comunicarse con la agencia responsable o el Centro TARGET del USDA al (202) 720-2800 (voz y TTY) o comuníquese con USDA a través del Servicio Federal de Retransmisión al (800) 877-8339. Además, la información del programa puede estar disponible en otros idiomas además del inglés. Para presentar una queja por discriminación en el programa, complete el Formulario de queja por discriminación en el programa del USDA, AD-3027, que se encuentra en línea en Cómo presentar una queja por discriminación en el programa y en cualquier oficina del USDA o escriba una carta dirigida al USDA y proporcione en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de queja, llame al (866) 632-9992. Envíe su formulario completo o carta al USDA por: (1) correo: Departamento de Agricultura de EE. UU., Oficina del Secretario Adjunto de Derechos Civiles, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410; (2) fax: (202) 690-7442; o (3) correo electrónico: program.intake@usda.gov.



Menu de Desayuno por Jean Massieu Academy

Diciembre 2023



| LUNES | MARTES | MIERCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---|---|--|--|--|
| | | | | 1 taza de pure de manzana jugo de fruta 100%, leche rollo de canela recién horneado - glaseada <i>franbuesa caliente</i> -- |
| 4 manzanas con canela frío jugo de fruta 100% o fruta, leche . yogur con fruta bocadillos de galletas graham -- | 5  naranja recién cortada jugo de fruta 100%, leche . pan integral con jelly cereal: "Cinnamon Toast" mezcla -- | 6 pantano fresco jugo de fruta 100% o fruta, leche . panadería: manzana y canela cereal: "Trix" mix -- | 7 pure de manzana frío jugo de fruta 100%, leche . 'West, Texas' kolache <i>caliente</i> con pavo 'jamón' y queso -- | 8 duraznos en rodajas frío jugo de fruta 100%, leche . bizcocho de grano entero <i>caliente</i> con salsa de crema de salchicha de res  |
| 11 peras en rodajas frío jugo de fruta 100% o fruta, leche . rollo de salchicha perro caliente de pavo y queso -- | 12 naranja recién cortada jugo de fruta 100%, leche . panqueques integrales <i>caliente</i> - con lado de jarabe -- | 13 pantano fresco jugo de fruta 100%, leche . rancho desayuno 'slider' pan integral-salchicha de pavo-queso -- | 14 tazo de melón recién cortado jugo de fruta 100% o fruta, leche . fruta fresca y yogur cereal: trío de escamas con fresas -- | 15  frutas mixtas frías jugo de fruta 100%, leche . bagel de canela y pasas con queso crema y jelly -- |
| 18 .. Vacaciones de Invierno .. | 19 .. Vacaciones de Invierno .. | 20  .. Vacaciones de Invierno .. | 21 .. Vacaciones de Invierno .. | 22 .. Vacaciones de Invierno .. |
| 25 .. Vacaciones de Invierno .. | 26 .. Vacaciones de Invierno .. | 27 .. Vacaciones de Invierno .. | 28 .. Vacaciones de Invierno .. | 29 .. Vacaciones de Invierno .. |

Sirviendo esos verdaderos sabores, recetas y tradiciones de Texas con la mayor frecuencia posible...

~ = no carnico



La fruta es estacional de origen local. Cuando esté disponible

Fresca al Hocalquier artículo de panadería se hornea en casarno

un menu sin cerdo y mani



Toda la salchicha y el jamón están hechos de pavo



1% or Skim Milk

Aviso de derechos civiles: De acuerdo con la ley federal de derechos civiles y las normas y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA), el USDA, sus agencias, oficinas y empleados, y las instituciones que participan o administran los programas del USDA tienen prohibido discriminar en base a raza, color, origen nacional, religión, sexo, identidad de género (incluida la expresión de género), orientación sexual, discapacidad, edad, estado civil, estado familiar/paternidad, ingresos derivados de un programa de asistencia pública, creencias políticas o represalia por actividad anterior de derechos civiles, en cualquier programa o actividad realizada o financiada por el USDA (no todas las bases se aplican a todos los programas). Los plazos de reparación y presentación de quejas varían según el programa o el incidente. Las personas con discapacidades que requieran medios alternativos de comunicación para la información del programa (p. ej., Braille, letra grande, cinta de audio, lenguaje de señas estadounidense, etc.) deben comunicarse con la agencia responsable o el Centro TARGET del USDA al (202) 720-2600 (voz y TTY) o comunicarse con USDA a través del Servicio Federal de Retransmisión al (800) 877-8339. Además, la información del programa puede estar disponible en otros idiomas además del inglés. Para presentar una queja por discriminación en el programa, complete el Formulario de queja por discriminación en el programa del USDA, AD-3027, que se encuentra en línea en Cómo presentar una queja por discriminación en el programa y en cualquier oficina del USDA o escriba una carta dirigida al USDA y proporcione en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de queja, llame al (866) 632-9992. Envíe su formulario completo o carta al USDA por: (1) correo: Departamento de Agricultura de EE. UU., Oficina del Secretario Adjunto de Derechos Civiles, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410; (2) fax: (202) 890-7442; o (3) correo electrónico: program.intake@usda.gov.



Menú de Almuerzo por Jean Massieu Academy

Diciembre 2023



| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|--|--|--|---|--|
| | | | | 1 |
| | | | | <p>Perro Caliente con Chili y queso, rollo grano entero vaquero hasta frijoles pintos palitos de verduras frescas y ranch fruta mixta y Jello* eleccion de leche</p> |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| <p>Sandwich de Pollo Epanado con pan integral y pepinillos papas cortadas arrugadas guisantes verde mantaquilla fruta fresca de temporada eleccion de leche</p> | <p>Toasted Cheese Sandwich * three cheeses-whole wheat bread bbq frijoles pintos 'charros' verdura frescas ensalada durazos en rodajas frio eleccion de leche</p> | <p>Pasta de Pollo Asado rollo 'rustico' de grano entero mezcla de veduras de California ensalada verde fresca y ranch mezcla de frutas de fresa eleccion de leche</p> | <p>Pizza de Queso Redonda sobre una sauve masa de pita integral ensalada Caesar tomates fresca de uva fruta fresca de temporada eleccion de leche</p> | <p style="text-align: right;"> GO TEXAN.</p> <p>Taco de Carne Sauve con tortillas de harina y queso arroz de cilantro y maiz frijoles negros con cilantro fruta fresca local de Tejas eleccion de leche</p> |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| <p>State Fair' Corn Dog pollo perro caliente con miel tater tos horneadas judas verdes sazonados fruta fresca local de Tejas eleccion de leche</p> | <p>Maccarrones con Queso * rollo 'rustico' de grano entero guisantes y zanahorias sazanados ensalada de espinacas frescas mezcla de frutas frio eleccion de leche</p> | <p>Pollo al Limon al Horno rollo de grano entero pilaf de arroz con frijoles rojo ensalada verde fresca y ranch durazos en rodajas frio eleccion de leche</p> | <p style="text-align: right;"> GO TEXAN.</p> <p>Queso Nachos real * chips de tortilla grano entero frijoles refritos caseros rodajas de pepino fresco y ranch fruta mixta y Jello* eleccion de leche</p> | <p>Sub Abondigas Italianas bollo de coney de grano entero papas al horno 'cubitos' ensalada tres frijoles fruta fresca de temporada eleccion de leche</p> |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| <p style="text-align: center;">** Vacaciones de Invierno **</p> | <p style="text-align: center;">** Vacaciones de Invierno **</p> | <p style="text-align: center;">** Vacaciones de Invierno **</p> | <p style="text-align: right;"> GO TEXAN.</p> <p style="text-align: center;">** Vacaciones de Invierno **</p> | <p style="text-align: center;">** Vacaciones de Invierno **</p> |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| <p style="text-align: center;">** Vacaciones de Invierno **</p> | <p style="text-align: center;">** Vacaciones de Invierno **</p> | <p style="text-align: center;">** Vacaciones de Invierno **</p> | <p style="text-align: center;">** Vacaciones de Invierno **</p> | <p style="text-align: center;">** Vacaciones de Invierno **</p> |

Sirviendo esos verdaderos sabores, recetas y tradiciones de Texas con la mayor frecuencia posible...

* = no carnico



Fruit & Produce
es de
temporada local

" Las salsas, frijoles, ensaladas, pastas, panadería recién horneada
y similares se cocinan en casa con nuestras recetas saludables

un menu sin cerdo y
mani



Aviso de derechos civiles: De acuerdo con la ley federal de derechos civiles y las normas y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA), el USDA, sus agencias, oficinas y empleados, y las instituciones que participan o administran los programas del USDA tienen prohibido discriminar en base a raza, color, origen nacional, religión, sexo, identidad de género (incluida la expresión de género), orientación sexual, discapacidad, edad, estado civil, estado familiar/paternidad, ingresos derivados de un programa de asistencia pública, creencias políticas o represalia o represalia por actividad anterior de derechos civiles, en cualquier programa o actividad realizada o financiada por el USDA (no todas las bases se aplican a todos los programas). Los plazos de reparación y presentación de quejas varían según el programa o el incidente. Las personas con discapacidades que requieren medios alternativos de comunicación para la información del programa (p. ej., Braille, letra grande, cinta de audio, lenguaje de señas estadounidenses, etc.) deben comunicarse con la agencia responsable o el Centro TARGET del USDA al (202) 720-2600 (voz y TTY) o comuníquese con USDA a través del Servicio Federal de Transmisión al (800) 877-8339. Además, la información del programa puede estar disponible en otros idiomas además del inglés. Para presentar una queja por discriminación en el programa, complete el Formulario de queja por discriminación en el programa del USDA, AD-3027, que se encuentra en línea en Como presentar una queja por discriminación en el programa y en cualquier oficina del USDA o escriba una carta dirigida al USDA y proporcione en la carta toda la información, solicitado en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de queja, llame al (866) 632-9992. Envíe su formulario completo o carta al USDA por: (1) correo: Departamento de Agricultura de EE. UU., Oficina del Secretario Adjunto de Derechos Civiles, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410; (2) fax: (202) 890-7442; o (3) correo electrónico: program.intake@usda.gov.



Menu de Desayuno por Jean Massieu Academy

Noviembre 2023



| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|--|---|--|---|---|
| | | 1 pure de manzana frío jugo de fruta 100% o fruta, leche + panadería: manzana y canela cereal: "Trix® mix" -- | 2 pantano fresco jugo de fruta 100%, leche + 'West, Texas' kolache caliente con pavo jamon y queso -- | 3 duraznos en rodajas frío jugo de fruta 100%, leche + fruta fresca y yogur cereal: la mezcla de O's manzana -- |
| 6 peras en rodajas frío jugo de fruta 100% o fruta, leche + yogur con fruta galletas Divertidas y Fitness -- | 7 naranja recién cortada jugo de fruta 100%, leche + panqueques integrales caliente ~ con lado de jarabe -- | 8 pantano fresco jugo de fruta 100%, leche + rancho desayuno 'slider' pan integral-salchicha de pavo-queso -- | 9 tazo de melon recién cortado jugo de fruta 100% o fruta, leche + bischoco integral caliente ~ con mantequilla solar y gelatina -- | 10 Vacaciones Estudiantiles |
| 13 duraznos en rodajas frío jugo de fruta 100% o fruta, leche + palitos Franceses caliente ~ con lado de jarabe -- | 14 naranja recién cortada jugo de fruta 100%, leche + pan integral con jelly cereal: esa es la mezcla de Life® -- | 15 pantano fresco jugo de fruta 100%, leche + 6' quesadilla de desayuno con huevo y carne -- | 16 frutero recién cortado jugo de fruta 100% o fruta, leche + bischoco integral caliente ~ con mantequilla solar y gelatina -- | 17 pure de manzana frío jugo de fruta 100%, leche + barra de cereal de 'Zee Zees®' pallito de queso -- |
| 20 Vacaciones Estudiantiles | 21 Vacaciones Estudiantiles | 22 Vacaciones Estudiantiles | 23 | 24 Vacaciones Estudiantiles |
| 27 pure de manzana frío jugo de fruta 100% o fruta, leche + yogur con fruta bocadillos de galletas grahams -- | 28 naranja recién cortada jugo de fruta 100%, leche + panqueques integrales caliente ~ con lado de jarabe -- | 29 pantano fresco jugo de fruta 100%, leche + 'Migas' taquito de desayuno ~ huevos-queso-tortillas fritas-salsa -- | 30 melon recién cortada jugo de fruta 100% o fruta, leche + bischoco integral caliente ~ con mantequilla solar y gelatina -- | |

Sirviendo esos verdaderos sabores, recetas y tradiciones de Texas con la mayor frecuencia posible...

~ = no carnico



Toda la salchicha y el jamón están hechos de pavo

La fruta es estacional de origen local. Cuando esté disponible

Fresca al Hocalquier artículo de panadería se hornea en casarno

un menu sin cerdo y mani



1% or Skim Milk




Aviso de derechos civiles: De acuerdo con la ley federal de derechos civiles y las normas y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA), el USDA, sus agencias, oficinas y empleados, y las instituciones que participan o administran los programas del USDA tienen prohibido discriminar en base a raza, color, origen nacional, religión, sexo, identidad de género (incluida la expresión de género), orientación sexual, discapacidad, edad, estado civil, estado familiar/paternidad, ingresos derivados de un programa de asistencia pública, creencias políticas o represalia por actividad anterior de derechos civiles, en cualquier programa o actividad realizada o financiada por el USDA (no todas las bases se aplican a todos los programas). Los plazos de reparación y presentación de quejas varían según el programa o el incidente. Las personas con discapacidades que requieran medios alternativos de comunicación para la información del programa (p. ej., Braille, letra grande, cinta de audio, lenguaje de señas estadounidense, etc.) deben comunicarse con la agencia responsable o el Centro TARGET del USDA al (202) 720-2600 (voz y TTY) o comunicarse con USDA a través del Servicio Federal de Retransmisión al (800) 877-8339. Además, la información del programa puede estar disponible en otros idiomas además del inglés. Para presentar una queja por discriminación en el programa, complete el Formulario de queja por discriminación en el programa del USDA, AD-3027, que se encuentra en línea en Cómo presentar una queja por discriminación en el programa y en cualquier oficina del USDA o escriba una carta dirigida al USDA y proporcione en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de queja, llame al (866) 632-9992. Envíe su formulario completo o carta al USDA por: (1) correo: Departamento de Agricultura de EE. UU., Oficina del Secretario Adjunto de Derechos Civiles, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410; (2) fax: (202) 890-7442; o (3) correo electrónico: program.intake@usda.gov.



Menú de Almuerzo por Jean Massieu Academy

Noviembre 2023



| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---|--|---|--|--|
| | | 1 Pasta de Pollo Asado rollo 'rustico' de grano entero mezcla de verduras de California ensalada verde fresca y ranch mezcla de frutas de fresa eleccion de leche | 2 Pizza de Queso Redonda sobre una sauve masa de pita integral ensalada Caesar tomates fresca de uva fruta fresca de temporada eleccion de leche | 3 Taco de Carne Sauve con tortillas de harina y queso arroz de cilantro y maiz frijoles negros con cilantro fruta fresca local de Tejas eleccion de leche |
| 6 State Fair' Corn Dog pollo perro caliente con miel tater tos horneadas judas verdes sazonados fruta fresca local de Tejas eleccion de leche | 7 Maccarrones con Queso * rollo 'rustico' de grano entero guisantes y zanahorias sazonados ensalada de espinacas frescas mezcla de frutas frio eleccion de leche | 8 Pollo al Limon al Horno rollo de grano entero pilaf de arroz con frijoles rojo ensalada verde fresca y ranch duranos en rodajas frio eleccion de leche | 9  Queso Nachos <i>real</i> * chips de tortilla grano entero frijoles refritos caseros rodajas de pepino fresco y ranch fruta mixta y Jello* eleccion de leche | 10 Vacaciones Estudiantiles |
| 13 Palamitas de Pollo rollo de grano entero pure de papas reales zanahoria sazonadas fruta fresca de temporada eleccion de leche | 14 Hamburguesa con Queso con pan integral papas picadas al horno palitos de verduras frescas y ranch pure de manzana frio eleccion de leche | 15 Pizza de Queso Cuadrada en corteza de grano entero ensalada tres frijoles Italiano ensalada verde fresca y ranch mezcla de frutas frio eleccion de leche | 16 Pavo, 'Dressing' y Salsa pure de papas reales seasoned green beans rollo 'rustico' de grano entero duranos al horno eleccion de leche | 17 Pollo 'Frita en el Horno'- <i>rabenado</i> waffles grano entero y jarabe mezcla de 4 frijoles al horno judas verdes sazonados mezcal de naranjas mandarinas eleccion de leche |
| 20 Vacaciones Estudiantiles | 21 Vacaciones Estudiantiles | 22 Vacaciones Estudiantiles | 23  | 24 Vacaciones Estudiantiles |
| 27 Hamburguesa a la Brasas con pan integral y ensalada papas picadas al horno zanahoria bebe fresca y ranch fruta fresca de temporada eleccion de leche | 28 Nuggets de Pollo al Horno rollo de grano entero pure de papas al ajo guisantes verde al vapor fruta fresca de temporada eleccion de leche | 29 Spaghetti & Salsa de Carne palito de pan de grano entero zucchini fresca y maiz Italiano ensalada verde fresca y ranch fruta mixta fria eleccion de leche | 30  Queso Nachos <i>real</i> - chips de tortilla grano entero frijoles refritos caseros ensalada 'taco' fresca y salsa peras en rodajas frio eleccion de leche | |

Sirviendo esos verdaderos sabores, recetas y tradiciones de Texas con la mayor frecuencia posible...

* = no carnico



Fruit & Produce
es de
temporada local

" Las salsas, frijoles, ensaladas, pastas, panadería recién horneada
y similares se cocinan en casa con nuestras recetas saludables

un menu sin cerdo y
mani




Aviso de derechos civiles: De acuerdo con la ley federal de derechos civiles y las normas y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA), el USDA, sus agencias, oficinas y empleados, y las instituciones que participan o administran los programas del USDA tienen prohibido discriminar en base a raza, color, origen nacional, religión, sexo, identidad de género (incluida la expresión de género), orientación sexual, discapacidad, edad, estado civil, estado familiar/paternidad, ingresos derivados de un programa de asistencia pública, creencias políticas o represalia por actividad anterior de derechos civiles, en cualquier programa o actividad realizada o financiada por el USDA (no todas las bases se aplican a todos los programas). Los plazos de reparación y presentación de quejas varían según el programa o el incidente. Las personas con discapacidades que requieren medios alternativos de comunicación para la información del programa (p. ej., Braille, letra grande, cinta de audio, lenguaje de señas estadounidense, etc.) deben comunicarse con la agencia responsable o el Centro TARGET del USDA al (202) 725-2600 (voz y TTY) o comuníquese con USDA a través del Servicio Federal de Retransmisión al (800) 877-5339. Además, la información del programa puede estar disponible en otros idiomas además del inglés. Para presentar una queja por discriminación en el programa, complete el Formulario de queja por discriminación en el programa del USDA, AD-3027, que se encuentra en línea en Cómo presentar una queja por discriminación en el programa y en cualquier oficina del USDA o escriba una carta dirigida al USDA y proporcione en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de queja, llame al (866) 632-9992. Envíe su formulario completo o carta al USDA por: (1) correo: Departamento de Agricultura de EE. UU., Oficina del Secretario Adjunto de Derechos Civiles, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410; (2) fax: (202) 690-7442; o (3) correo electrónico: program.intake@usda.gov.



Menu de Desayuno por Jean Massieu Academy

Octubre 2023



| LUNES | MARTES | MIERCOLES | JUEVES | VIERNES |
|--|---|--|--|---|
| 2 peras en rodajas frio jugo de fruta 100% o fruta, leche * yogur con fruta galletas Divertidas y Fitness | 3 naranja recién cortada jugo de fruta 100%, leche * barra de cereal de frutas pallito de queso | 4 pantano fresco jugo de fruta 100%, leche * rancho desayuno 'slider' pan integral-salchicha de pavo | 5 taza de melon recién cortado jugo de fruta 100% o fruta, leche * fruta fresca y yogur cereal: trio de escamas con fresas | 6 Día Profesional no clases |
| 9 No Clases | 10 taza de pure de manzana jugo de fruta 100% o fruta, leche * yogur con fruta bocadillos de galletas grahams | 11  pantano fresco jugo de fruta 100%, leche * 6' quesadilla de desayuno con huevo y carne | 12 frutero recién cortado jugo de fruta 100% o fruta, leche * fruta fresca y yogur cereal: la mezcla de manzana O's | 13 bocaditos de pina fría jugo de fruta 100%, leche * montecadas 'biggie' recién horneado* arandano limon -  |
| 16 duraznos en rodajas frio jugo de fruta 100% o fruta, leche * yogur con fruta galletas Divertidas y Fitness | 17  naranja recién cortada jugo de fruta 100%, leche * bagel simple con queso crema de fresa y jelly | 18 pantano fresco jugo de fruta 100%, leche * bizcocho de grano entero con pechuga de pollo | 19 pina recién cortada jugo de fruta 100% o fruta, leche * waffles grano entero caliente - con jarabe triple de bayas | 20 frutas mixtas frías jugo de fruta 100%, leche * barra de cereal de frutas pallito de queso |
| 23 peras en rodajas frio jugo de fruta 100% o fruta, leche * yogur con fruta bocadillos de galletas grahams | 24 naranja recién cortada jugo de fruta 100%, leche * pan Integral con gelatina cereal: la mezcla de O's afrutado | 25  pantano fresco jugo de fruta 100%, leche * panadería: gloria de la mañana cereal: pasas y O's | 26 melon recién cortada jugo de fruta 100% o fruta, leche * fruta fresca y yogur cereal: 'Lucky Charms® mezcla' | 27 taza de pure de manzana jugo de fruta 100%, leche * rollo de canela recién horneado - glaseada franbuesa caliente  |
| 30 manzanas con canela frio jugo de fruta 100% o fruta, leche * yogur con fruta bocadillos de galletas grahams | 31  naranja recién cortada jugo de fruta 100%, leche * pan Integral con jelly cereal: 'Cinnamon Toast® mezcla' |  | | |

Sirviendo esos verdaderos sabores, recetas y tradiciones de Texas con la mayor frecuencia posible...

~ = no carnico



La fruta es estacional de origen local. Cuando esté disponible

Fresca al Hocuallquier articulo de panadería se hornea en casarno

un menu sin cerdo y mani



Toda la saichicha y el Jamón están hechos de pavo



1% or Skim Milk




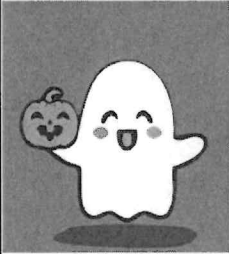
Aviso de derechos civiles: De acuerdo con la ley federal de derechos civiles y las normas y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA), el USDA, sus agencias, oficinas y empleados, y las instituciones que participan o administran los programas del USDA tienen prohibido discriminar en base a raza, color, origen nacional, religión, sexo, identidad de género (incluida la expresión de género), orientación sexual, discapacidad, edad, estado civil, estado familiar/paternidad, ingresos derivados de un programa de asistencia pública, creencias políticas o represalia por actividad anterior de derechos civiles, en cualquier programa o actividad realizada o financiada por el USDA (no todas las bases se aplican a todos los programas). Los plazos de reparación y presentación de quejas varían según el programa o el incidente. Las personas con discapacidades que requieran medios alternativos de comunicación para la información del programa (p. ej., Braille, letra grande, cinta de audio, lenguaje de señas estadounidense, etc.) deben comunicarse con la agencia responsable o al Centro 'TARGET' del USDA al (202) 730-2600 (voz y TTY) o comunicarse con USDA a través del Servicio Federal de Retransmisión al (800) 877-5339. Además, la información del programa puede estar disponible en otros idiomas además del inglés. Para presentar una queja por discriminación en el programa, complete el Formulario de queja por discriminación en el programa del USDA, AD-3027, que se encuentra en línea en Cómo presentar una queja por discriminación en el programa y en cualquier oficina del USDA o escriba una carta dirigida al USDA y proporcione en la carta toda la información, solicitado en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de queja, llame al (866) 632-9992. Envíe su formulario completo o carta al USDA por: (1) correo: Departamento de Agricultura de EE. UU., Oficina del Secretario Adjunto de Derechos Civiles, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410; (2) fax: (202) 890-7442; o (3) correo electrónico: program.intake@usda.gov.



Menú de Almuerzo por Jean Massieu Academy

Octubre 2023



| LUNES | MARTES | MIERCOLES | JUEVES | VIERNES |
|--|--|--|--|---|
| 2 State Fair' Corn Dog pollo perro caliente con miel tater tos horneadas judas verdes sazonadas fruta fresca local de Tejas eleccion de leche | 3 Maccarrones con Queso * rollo 'rustico' de grano entero guisantes y zanahorias sazonadas ensalada de espinacas frescas mezcla de frutas frio eleccion de leche | 4 Pollo al Limon al Horno rollo de grano entero pilaf de arroz con frijoles rojo ensalada verde fresca y ranch pina en juru frio eleccion de leche | 5 Queso Nacho real * chips de tortilla grano entero frijoles refritos caseros rodajas de pepino fresco y ranch fruta mixta y Jello® eleccion de leche | 6 Dia Profesional no clases |
| 9 No Clases | 10 Hamburguesa con Queso con pan integral papas picadas al horno palitos de verduras frescas y ranch mezcla de frutas de fresa eleccion de leche | 11 Ronda de Pizza de Queso * sobre masa de pita integral ensalada tres frijoles Italiano ensalada verde fresca y ranch peras frio cortados en cubitos eleccion de leche | 12  Pastel de Chili con Fritos* nuestra chili con carne y cheddar frijoles pintos triturados ensalada 'taco' fresca y salsa fruta fresca local de Tejas eleccion de leche | 13 Pollo 'Frita en el Horno'-rabenado waffles grano entero y jarabe mezcla de 4 frijoles al horno judas verdes sazonadas mezcal de naranjas mandarinas eleccion de leche |
| 16 Sandwich Tostado de Queso * tres quesos-pan integral tater tos horneadas sazonadas zanahoria bebe fresca y ranch fruta fresca de temporada eleccion de leche | 17 Nuggets de Pollo al Horno rollo de grano entero pure de papas al ajo guisantes verde al vapor fruta mixta fria eleccion de leche | 18  Pollo a la Barbacoa Lone Star muffin de maiz recién horneado Texas frijoles blancos ensalada de repollo y maiz 'slaw' fruta fresca local de Tejas eleccion de leche | 19 Pizza de Pepperoni Cuadrada en corteza de grano entero ensalada fresca con tomates y frijoles garbanzo taza de pure de manzana eleccion de leche | 20 Enchilada con Pollo Ranchero pollo triturada-salsa ranchera-tortilla papas en cubitor del Suroeste maiz confeti salteado fruta fresca de temporada eleccion de leche |
| 23 Hamburguesa a la Brasas con pan integral y ensalada papas picadas al horno zanahoria bebe fresca y ranch fruta fresca de temporada eleccion de leche | 24  Pollo Ahumado (desmenuzado) con Texas BBQ salsa, rollo ranchero pure de papas reales judas verdes sazonadas fruta fresca local de Tejas eleccion de leche | 25 Spaghetti & Salsa de Carne palito de pan de grano entero zucchini fresca y maiz Italiano ensalada verde fresca y ranch manzanas rodajas frio eleccion de leche | 26 Queso Nacho real - chips de tortilla grano entero frijoles refritos caseros ensalada 'taco' fresca y salsa pina en juru frio eleccion de leche | 27 Perro Caliente con Chili y queso, rollo grano entero vaquero hasta frijoles pintos palitos de verduras frescas y ranch fruta mixta y Jello® eleccion de leche |
| 30 Sandwich de Pollo Epanado con pan integral y pepinillos papas cortadas arrugadas guisantes verde mantaquilla fruta fresca de temporada eleccion de leche | 31 Toasted Cheese Sandwich * three cheeses-whole wheat bread bbq frijoles pintos "charras" verdura frescas ensalada durazos en rodajas frio eleccion de leche |  | | |

Sirviendo esos verdaderos sabores, recetas y tradiciones de Texas con la mayor frecuencia posible...

* = no carnico



Fruit & Produce
es de
temporada local

" Las salsas, frijoles, ensaladas, pastas, panadería recién horneada
y similares se cocinan en casa con nuestras recetas saludables

un menu sin cerdo y
mani



Aviso de derechos civiles: De acuerdo con la ley federal de derechos civiles y las normas y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA), el USDA, sus agencias, oficinas y empleados, y las instituciones que participan o administran los programas del USDA tienen prohibido discriminar en base a raza, color, origen nacional, religión, sexo, identidad de género (incluida la expresión de género), orientación sexual, discapacidad, edad, estado civil, estado familiar/paternidad, ingresos derivados de un programa de asistencia pública, creencias políticas o represalia por actividad anterior de derechos civiles, en cualquier programa o actividad realizada o financiada por el USDA (no todas las bases se aplican a todos los programas). Los plazos de reparación y presentación de quejas varían según el programa o el incidente. Las personas con discapacidades que requieren medios alternativos de comunicación para la información del programa (p. ej., Braille, letra grande, cinta de audio, lenguaje de señas estadounidense, etc.) deben comunicarse con la agencia responsable o el Centro TARGET del USDA al (202) 720-2600 (voz y TTY) o comuníquese con USDA a través del Servicio Federal de Retransmisión al (800) 877-8339. Además, la información del programa puede estar disponible en otros idiomas además del inglés. Para presentar una queja por discriminación en el programa, complete el Formulario de queja por discriminación en el programa del USDA, AD-3027, que se encuentra en línea en Como presentar una queja por discriminación en el programa y en cualquier oficina del USDA o escriba una carta dirigida al USDA y proporcione en la carta toda la información, solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de queja, llame al (866) 832-9992. Envíe su formulario completo o carta al USDA por: (1) correo: Departamento de Agricultura de EE. UU., Oficina del Secretario Adjunto de Derechos Civiles, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410; (2) fax: (202) 890-7442; o (3) correo electrónico: program.intake@usda.gov.



Menú de Almuerzo por Jean Massieu Academy

Septiembre 2023



| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---|--|--|--|---|
| | | | | 1 No Clases |
| 4 | 5 | 6 | 7 GO TEXAN. | 8 |
| Día Laboral | Hamburguesa con Queso con pan integral y pepinillos papas picadas al horno zanahoria bebe fresca y ranch mezcla de frutas de fresa eleccion de leche | Ronda de Pizza de Queso * sobre masa de pita integral ensalada tres frijoles Italiano ensalada verde fresca y ranch melon fresco de temporada eleccion de leche | Pastel de Chili con Fritos® nuestra chili con carne y cheddar frijoles pintos triturados ensalada 'taco' fresca y salsa fruta fresca local de Tejas eleccion de leche | Pollo 'Frita en el Horno' waffles grano entero y jarabe mezcla de 4 frijoles al horno judas verdes sazonadas mezcal de naranjas mandarinas eleccion de leche |
| 11 | 12 | 13 GO TEXAN. | 14 | 15 |
| Nuggets de Pollo al Horno roll de trigo integral pure de papas al ajo guisantes verde al vapor fruta fresca de temporada eleccion de leche | Sandwich Tostado de Queso * tres quesos-pan integral tater tos horneadas sazonadas ensalada de repollo y maiz 's'lav' fruta fresca de temporada eleccion de leche | Pollo a la Barbacoa Lone Star muffin de maiz recién horneado Texas frijoles blancos ensalada de verduras frescas 'ranchi' fruta fresca local de Tejas eleccion de leche | Pizza de Pepperoni Cuadrada en corteza de grano entero ensalada fresca con tomates y frijoles garbanzo fruta fresca de temporada eleccion de leche | Enchilada con Pollo Ranchero pollo triturada-salsa ranchera-tortilla papas en cubitor del Suoreste maiz confeti salteado fruta fresca de temporada eleccion de leche |
| 18 | 19 GO TEXAN. | 20 | 21 | 22 |
| Hamburguesa a la Brasas con pan integral y ensalada papas picadas al horno zanahoria bebe fresca y ranch fruta fresca de temporada eleccion de leche | Pollo Ahumado (desmenuzado) con Texas BBQ salsa, rollo ranchero pure de papas reales judas verdes sazonadas fruta fresca local de Tejas eleccion de leche | Spaghetti & Salsa de Carne palito de pan de ajo zucchini fresca y maiz Italiano ensalada verde fresca y ranch fruta fresca de temporada eleccion de leche | Queso Nacho real * chips de tortilla grano entero frijoles refritos caseros ensalada 'taco' fresca y salsa pina en juro eleccion de leche | Perro Caliente con Chili y queso, rollo grano entero vaquero hasta frijoles pintos palitos de verduras frescas y ranch fruta mixta y Jello® eleccion de leche |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 GO TEXAN. |
| Sandwich de Pollo Emapanado con pan integral y pepinillos papas cortadas arrugadas guisantes verde mantaquilla fruta fresca de temporada eleccion de leche | Toasted Cheese Sandwich * three cheeses-whole wheat bread bbq frijoles pintos "charros" verdura frescas ensalada fruta fresca de temporada eleccion de leche | Pasta de Pollo Asado rollo 'rustico' de grano entero mezcla de veduras de California ensalada verde fresca y ranch mezcla de frutas de fresa eleccion de leche | Pizza de Queso Redonda sobre una sauve masa de pita integral ensalada Caesar tomates fresca de uva fruta fresca de temporada eleccion de leche | Taco de Carne Sauve con tortillas de harina y queso arroz de cilantro y maiz frijoles negros con cilantro fruta fresca local de Tejas eleccion de leche |

Sirviendo esos verdaderos sabores, recetas y tradiciones de Texas con la mayor frecuencia posible...

* = no carnico



Fruit & Produce
es de
temporada local

" Las salsas, frijoles, ensaladas, pastas, panadería recién horneada
y similares se cocinan en casa con nuestras recetas saludables

un menu sin cerdo y
mani









Aviso de derechos civiles: De acuerdo con la ley federal de derechos civiles y las normas y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA), el USDA, sus agencias, oficinas y empleados, y las instituciones que participan o administran los programas del USDA tienen prohibido discriminar en base a raza, color, origen nacional, religión, sexo, identidad de género (incluida la expresión de género), orientación sexual, discapacidad, edad, estado civil, estado familiar/paternidad, ingresos derivados de un programa de asistencia pública, creencias políticas o represalia por actividad anterior de derechos civiles, en cualquier programa o actividad realizada o financiada por el USDA (no todas las bases se aplican a todos los programas). Los plazos de reparación y presentación de quejas varían según el programa o el incidente. Las personas con discapacidades que requieran medios alternativos de comunicación para la información del programa (p. ej., Braille, letra grande, cinta de audio, lenguaje de señas estadounidenses, etc.) deben comunicarse con la agencia responsable o el Centro TARGET del USDA al (202) 720-2800 (voz y TTY) o comuníquese con USDA a través del Servicio Federal de Retransmisión al (800) 877-8339. Además, la información del programa puede estar disponible en otros idiomas además del inglés. Para presentar una queja por discriminación en el programa, complete el Formulario de queja por discriminación en el programa del USDA, AD-3027, que se encuentra en línea en Cómo presentar una queja por discriminación en el programa y en cualquier oficina del USDA o escriba una carta dirigida al USDA y proporcione en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de queja, llame al (866) 632-9992. Envíe su formulario completo o carta al USDA por: (1) correo: Departamento de Agricultura de EE. UU., Oficina del Secretario Adjunto de Derechos Civiles, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410; (2) fax: (202) 690-7442; o (3) correo electrónico: program.intake@usda.gov.



Menu de Desayuno por Jean Massieu Academy

Septiembre 2023



| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|--|--|---|---|---|
| | | | | 1 no clases  |
| 4 Dia Laboral | 5 pure de manzana frio jugo de fruta 100% o fruta, leche yogur con fruta bocadillos de galletas grahams | 6  pantano fresco jugo de fruta 100%, leche 6' taquito de desayuno con saichicha de carne-huevo-queso | 7 frutero recién cortado jugo de fruta 100% o fruta, leche bizcocho de grano entero con pechuga de pollo | 8 bocaditos de pina fria jugo de fruta 100%, leche barra de cereal de 'Zee Zees @ pallito de queso |
| 11 duraznos en rodajas frio jugo de fruta 100% o fruta, leche 6' quesadilla de desayuno con huevo y carne | 12  naranja recién cortada jugo de fruta 100%, leche 'West, Texas' kolache caliente con pavo jamon y queso | 13 pantano fresco jugo de fruta 100%, leche bischoco integral caliente ~ con huevo y queso | 14 pina recién cortada jugo de fruta 100% o fruta, leche waffles grano entero caliente ~ con jarabe triple de bayas | 15 frutas mixtas frias jugo de fruta 100%, leche barra de cereal de frutas pallito de queso |
| 18 peras en rodajas frio jugo de fruta 100% o fruta, leche bizcocho de grano entero con saichicha de pollo | 19 naranja recién cortada jugo de fruta 100%, leche pan integral con jelly cereal: la mezcla de O's afrutado | 20  pantano fresco jugo de fruta 100%, leche 'Migas' taquito de desayuno ~ huevo-queso-tortillas fritas-salsa | 21 melon recién cortada jugo de fruta 100% o fruta, leche tazon de desayuno ~ hashbrown relado, huevo, y queso | 22 pure de manzana frio jugo de fruta 100%, leche rollo de canela recién horneado ~ glaseada <i>frambuesa</i> caliente  |
| 25 manzanas con especiadas frio jugo de fruta 100% o fruta, leche yogur con fruta bocadillos de galletas grahams | 26  naranja recién cortada jugo de fruta 100%, leche pan integral con jelly cereal: 'Cinnamon Toast' mezcla' | 27 frutero recién cortado jugo de fruta 100% o fruta, leche un bocado de bagel con saichicha de pollo | 28 pantano fresco jugo de fruta 100%, leche barra de cereal de frutas pallito de queso | 29 bocaditos de pina fria jugo de fruta 100%, leche fruta fresca y yogur cereal: la mezcla de O's manzana |

Sirviendo esos verdaderos sabores, recetas y tradiciones de Texas con la mayor frecuencia posible...

~ = no carnico



La fruta es estacional de origen local. Cuando esté disponible

Fresca al Hocalquier artículo de panadería se hornea en casarano

un menu sin cerdo y mani



Toda la saichicha y el jamón están hechos de pavo



1% or Skim Milk

Aviso de derechos civiles: De acuerdo con la ley federal de derechos civiles y las normas y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA), el USDA, sus agencias, oficinas y empleados, y las instituciones que participan o administran los programas del USDA tienen prohibido discriminar en base a raza, color, origen nacional, religión, sexo, identidad de género (incluida la expresión de género), orientación sexual, discapacidad, edad, estado civil, estado familiar/paternidad, ingresos derivados de un programa de asistencia pública, creencias políticas o represalia por actividad anterior de derechos civiles, en cualquier programa o actividad realizada o financiada por el USDA (no todas las bases se aplican a todos los programas). Los plazos de reparación y presentación de quejas varían según el programa o el incidente. Las personas con discapacidades que requieran medios alternativos de comunicación para la información del programa (p. ej., Braille, letra grande, cinta de audio, lenguaje de señas estadounidense, etc.) deben comunicarse con la agencia responsable o el Centro TARGET del USDA al (202) 720-2800 (voz y TTY) o comuníquese con USDA a través del Servicio Federal de Retransmisión al (800) 877-6339. Además, la información del programa puede estar disponible en otros idiomas además del inglés. Para presentar una queja por discriminación en el programa, complete el Formulario de queja por discriminación en el programa del USDA, AD-3027, que se encuentra en línea en Cómo presentar una queja por discriminación en el programa y en cualquier oficina del USDA o escriba una carta dirigida al USDA y proporcione en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de queja, llame al (866) 632-9992. Envíe su formulario completo o carta al USDA por: (1) correo: Departamento de Agricultura de EE. UU., Oficina del Secretario Adjunto de Derechos Civiles, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410; (2) fax: (202) 690-7442; o (3) correo electrónico: program.intake@usda.gov



Menu de Desayuno por Jean Massieu Academy


Agosto 2023



| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|--|---|--|--|---|
| 31-Jul pure de manzana frio jugo de fruta 100% o fruta, leche + palitos Franceses caliente ~ con lado de jarabe - 0 - yogur con fruta bocadillos de galletas grahams | 1 naranja recién cortada jugo de fruta 100%, leche + panque inglés caliente con pavo jamon y queso - 0 - pan integral con jelly cereal: esa es la mezcla de Life® | 2 pantano fresco jugo de fruta 100%, leche + 6' taquito de desayuno con saichicha de carne-huevo-queso - 0 - panaderia: pan de pan de plantano cereal: escamas de Tigre® | 3 frutero recién cortado jugo de fruta 100% o fruta, leche + bizcocho de grano entero con pechuga de pollo - 0 - fruta fresca y yogur cereal: la mezcla de manzana O's | 4 bocaditos de pina fria jugo de fruta 100%, leche + montecadas 'biggie' recién horneado* arandano limon ~ - 0 - barra de cereal de 'Zee Zees ® pallito de queso |
| 7 duraznos en rodajas frio jugo de fruta 100% o fruta, leche + 6' quesadilla de desayuno con huevo y carne - 0 - yogur con fruta galletas Divertidas y Fitness | 8  naranja recién cortada jugo de fruta 100%, leche + 'West, Texas' kolache caliente con pavo jamon y queso - 0 - bagel de canela y pasas con queso crema y jelly | 9 pantano fresco jugo de fruta 100%, leche + bischocho integral caliente ~ con huevo y queso - 0 - panaderia: pina tropical cereal: trio de escamas con fresas | 10 ptna recién cortada jugo de fruta 100% o fruta, leche + waffles grano entero caliente ~ con jarabe triple de bayas - 0 - fruta fresca y yogur cereal: 'Trix® mix' | 11 frutas mixtas frias jugo de fruta 100%, leche + avena con canela y manzana ~ con crocantes de granola - 0 - barra de cereal de frutas pallito de queso |
| 14 peras en rodajas frio jugo de fruta 100% o fruta, leche + bizcocho de grano entero con saichicha de pollo | 15 naranja recién cortada jugo de fruta 100%, leche + pan integral con jelly cereal: la mezcla de O's afrutado | 16  pantano fresco jugo de fruta 100%, leche + panaderia: gloria de la manana cereal: pasas y O's | 17 melon recién cortada jugo de fruta 100% o fruta, leche + fruta fresca y yogur cereal: 'Lucky Charms® mezcla' | 18 pure de manzana frio jugo de fruta 100%, leche + barra de cereal de 'Zee Zees ® pallito de queso |
| 21 manzanas con especias frio jugo de fruta 100% o fruta, leche + waffles grano entero caliente ~ con lado de jarabe | 22  naranja recién cortada jugo de fruta 100%, leche + (2) tacos de desayuno caliente ~ con frijoles y queso | 23 frutero recién cortado jugo de fruta 100% o fruta, leche + un bocado de bagel con saichicha de pollo | 24 pantano fresco jugo de fruta 100%, leche + barra de cereal de frutas pallito de queso | 25 bocaditos de pina fria jugo de fruta 100%, leche + warm breakfast pita con huevo, jamon de pavo, y queso  |
| 28 peras en rodajas frio jugo de fruta 100% o fruta, leche + yogur con fruta galletas Divertidas y Fitness | 29 naranja recién cortada jugo de fruta 100%, leche + panqueques integrales caliente ~ con lado de jarabe | 30 pantano fresco jugo de fruta 100%, leche + panaderia: zanahoria y especias cereal: 'Lucky Charms® mezcla' | 31 taza de melon recién cortado jugo de fruta 100% o fruta, leche + 'bollo pegajoso' de fresas ~ caliente rollo de canela | 1-Sep  no clases  |

Sirviendo esos verdaderos sabores, recetas y tradiciones de Texas con la mayor frecuencia posible...

~ = no carnico





Toda la saichicha y el jamón están hechos de pavo

La fruta es estacional de origen local. Cuando esté disponible

Fresca al Hocalquier artículo de panadería se hornea en casarno

un menu sin cerdo y mani





Aviso de derechos civiles: De acuerdo con la ley federal de derechos civiles y las normas y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA), el USDA, sus agencias, oficinas y empleados, y las instituciones que participan o administran los programas del USDA tienen prohibido discriminar en base a raza, color, origen nacional, religión, sexo, identidad de género (incluida la expresión de género), orientación sexual, discapacidad, edad, estado civil, estado familiar/paternidad, ingresos derivados de un programa de asistencia pública, creencias políticas o represalia por actividad anterior de derechos civiles, en cualquier programa o actividad realizada o financiada por el USDA (no todas las bases se aplican a todos los programas). Los plazos de reparación y presentación de quejas varían según el programa o el incidente. Las personas con discapacidades que requieran medidas alternativas de comunicación para la información del programa (p. ej., Braille, letra grande, cinta de audio, lenguaje de señas estadounidense, etc.) deben comunicarse con la agencia responsable o el Centro TARGET del USDA al (202) 720-2600 (voz y TTY) o comuníquese con USDA a través del Servicio Federal de Retransmisión al (800) 877-4339. Además, la información del programa puede estar disponible en otros idiomas además del inglés. Para presentar una queja por discriminación en el programa, complete el Formulario de queja por discriminación en el programa del USDA, AD-3027, que se encuentra en línea en Cómo presentar una queja por discriminación en el programa y en cualquier oficina del USDA o escriba una carta dirigida al USDA y proporcione en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de queja, llame al (866) 632-9992. Envíe su formulario completo o carta al USDA por: (1) correo: Departamento de Agricultura de EE. UU., Oficina del Secretario Adjunto de Derechos Civiles, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410; (2) fax: (202) 890-7442; o (3) correo electrónico: program.intake@usda.gov.



Menú de Almuerzo por Jean Massieu Academy

Agosto 2023



| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---|---|---|---|---|
| 31-Jul Pavo Asado al Horno salsa sobrosa, roll de trigo integral pure de papas reales zanahoria sazonadas fruta fresca de temporada eleccion de leche | 1 Hamburguesa con Queso con pan integral papas picadas al horno palitos de verduras frescas y ranch mezcla de frutas de fresa eleccion de leche | 2 Ronda de Pizza de Queso * sobre masa de pita integral ensalada tres frijoles italiano ensalada verde fresca y ranch melon fresco de temporada eleccion de leche | 3 Pastel de Chili con Fritos* nuestra chili con carne y cheddar frijoles pintos triturados ensalada 'taco' fresca y salsa fruta fresca local de Tejas eleccion de leche | 4 Pollo 'Frita en el Horno' waffles grano entero y jarabe mezcla de 4 frijoles al horno judas verdes sazonadas mezcla de naranjas mandarinas eleccion de leche |
| 7 Nuggets de Pollo al Horno roll de trigo integral pure de papas al ajo guisantes verde al vapor fruta mixta fria eleccion de leche | 8 Sandwich Tostado de Queso * tres quesos-pan integral tater tos horneadas sazonadas ensalada de repollo y maiz 'slaw' fruta fresca de temporada eleccion de leche | 9  Pollo a la Barbacoa Lone Star muffin de maiz recién horneado Texas frijoles blancos ensalada de verduras frescas 'ranch' fruta fresca local de Tejas eleccion de leche | 10 Pizza de Pepperoni Cuadrada en corteza de grano entero ensalada fresca con tomates y frijoles garbanzo fruta fresca de temporada eleccion de leche | 11 Enchilada con Pollo Ranchero pollo triturada-salsa ranchera-tortilla papas en cubitor del Sureste maiz confeti salteado fruta fresca de temporada eleccion de leche |
| 14 Hamburguesa a la Brasas con pan integral y ensalada papas picadas al horno zanahoria bebe fresca y ranch fruta fresca de temporada eleccion de leche | 15  Pollo Ahumado (desmenuzado) con Texas BBQ salsa, rollo ranchero pure de papas reales judas verdes sazonados fruta fresca local de Tejas eleccion de leche | 16 Spaghetti & Salsa de Carne palito de pan de ajo zucchini fresca y maiz italiano ensalada verde fresca y ranch fruta fresca de temporada eleccion de leche | 17 Queso Nacho real * chips de tortilla grano entero frijoles refritos caseros ensalada 'taco' fresca y salsa pina en juro eleccion de leche | 18 Perro Caliente con Chili y queso, rollo grano entero vaquero hasta frijoles pintos palitos de verduras frescas y ranch fruta mixta y Jello* eleccion de leche |
| 21 Sandwich de Pollo Emapanado con pan integral y pepinillos papas cortadas arrugadas guisantes verde mantaquilla fruta fresca de temporada eleccion de leche | 22 Toasted Cheese Sandwich * three cheeses-whole wheat bread bbq frijoles pintos "charros" verdura frescas ensalada fruta fresca de temporada eleccion de leche | 23 Pasta de Pollo Asado rollo 'rustico' de grano entero mezcla de veduras de California ensalada verde fresca y ranch mezcla de frutas de fresa eleccion de leche | 24 Pizza de Queso Redonda sobre una sauve masa de pita integral ensalada Caesar tomates fresca de uva fruta fresca de temporada eleccion de leche | 25  Taco de Carne Sauve con tortillas de harina y queso arroz de cilantro y maiz frijoles negros con cilantro fruta fresca local de Tejas eleccion de leche |
| 28  State Fair' Corn Dog pollo perro caliente con miel tater tos horneadas judas verdes sazonados fruta fresca local de Tejas eleccion de leche | 29 Maccarrones con Queso * rollo 'rustico' de grano entero guisantes y zanahorias sazonados ensalada de espinacas frescas fruta fresca de temporada eleccion de leche | 30 Pollo al Limon al Horno rollo de trigo recién horneado pilaf de arroz con frijoles rojo ensalada verde fresca y ranch fruta fresca de temporada eleccion de leche | 31 Queso Nacho real * chips de tortilla grano entero frijoles refritos caseros rodajas de pepino fresco y ranch fruta mixta y Jello* eleccion de leche | 1-Sep Po' Boy de Palamitas de Pollo bollo de coney de grano entero papas al horno 'cubitos' tomates Criollos y verdes fruta fresca de temporada eleccion de leche |

Sirviendo esos verdaderos sabores, recetas y tradiciones de Texas con la mayor frecuencia posible...

* = no carnico



Fruit & Produce
es de
temporada local

" Las salsas, frijoles, ensaladas, pastas, panadería recién horneada
y similares se cocinan en casa con nuestras recetas saludables

un menu sin cerdo y
mani



Aviso de derechos civiles: De acuerdo con la ley federal de derechos civiles y las normas y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA), el USDA, sus agencias, oficinas y empleados, y las instituciones que participan o administran los programas del USDA tienen prohibido discriminar en base a raza, color, origen nacional, religión, sexo, identidad de género (incluida la expresión de género), orientación sexual, discapacidad, edad, estado civil, estado familiar/paternidad, ingresos derivados de un programa de asistencia pública, creencias políticas o represalia por actividad anterior de derechos civiles, en cualquier programa o actividad realizada o financiada por el USDA (no todas las bases se aplican a todos los programas). Los plazos de reparación y presentación de quejas varían según el programa o el incidente. Las personas con discapacidades que requieran medios alternativos de comunicación para la información del programa (p. ej., Braille, letra grande, cinta de audio, lenguaje de señas estadounidense, etc.) deben comunicarse con la agencia responsable o el Centro TARGET del USDA al (202) 720-2600 (voz y TTY) o comuníquese con USDA a través del Servicio Federal de Retransmisión al (800) 877-8339. Además, la información del programa puede estar disponible en otros idiomas además del inglés. Para presentar una queja por discriminación en el programa, complete el Formulario de queja por discriminación en el programa del USDA, AD-3027, que se encuentra en línea en Cómo presentar una queja por discriminación en el programa y en cualquier oficina del USDA o escriba una carta dirigida al USDA y proporcione en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de queja, llame al (866) 632-9992. Envíe su formulario completo o carta al USDA por: (1) correo: Departamento de Agricultura de EE. UU., Oficina del Secretario Adjunto de Derechos Civiles, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410; (2) fax: (202) 690-7442; o (3) correo electrónico: program.intake@usda.gov.