



MENUS

Jefferson High School

Todas las comidas incluyen: Frutas frescas/jugo de frutas y leche
 - *Opciones de leche: 1% blanca, desnatada blanca y desnatada con chocolate.*
 Los almuerzos también incluyen verduras.

Opciones diarias:
Desayuno: Cereal, parfait de yogur y bagel con queso crema.
Almuerzo: Opciones a la parrilla, bento de pizza y crema de girasol con mermelada.

Mes		Semana		Día		SEPTIEMBRE DE 2026 ▾					
LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES		SÁBADO/DOMINGO	
31	● Desayuno Pizza de desayuno con tocino, mini bagels de fresa con queso cremoso, parfait de arándanos y yogur.	1	● Desayuno Wrap de pollo con donut de canela y azúcar ● Almuerzo Plato principal: ¡Día del perro! Perrito caliente con chili o perrito caliente rebozado. Ensalada: César de pollo con panecillo. Plato del día: Barra de nachos.	2	● Desayuno Batido de naranja y manzana con tacos de patata y jamón Graham de vainilla ● Almuerzo Plato principal: Pollo Popcorn, Bol de patatas con palitos de pan, Ensalada: Egg Chef con panecillo, MTO – Bar asiático, Pizza: Pizza Crunchers	3	● Desayuno Panqueques de pavo en palitos, gofres Eggoji ● Almuerzo Plato principal: Macarrones con queso de 3 quesos Ensalada: Pollo César con panecillo MTO: Burrito Bowl	4	● Desayuno Bocaditos de panqueque con galleta de jamón y queso ● Almuerzo Plato principal: Pollo frito italiano con salsa roja Ensalada: Huevo Chef con panecillo Pizza: Queso o pepperoni	5	
										6	
7	No hay escuela No hay escuela	8	● Desayuno Parte superior de muffin con chispas de chocolate y palitos de tostada francesa Graham ● Almuerzo Plato principal: Bol de patatas con chorizo de pavo y salsa con queso Ensalada: Huevo chef con panecillo M.TO: Taco BAR	9	● Desayuno Bocaditos de churro con salchicha y salsa de cacao ● Almuerzo Plato principal: Pollo Alfredo con brócoli asado y nudo de ajo Ensalada: Pollo Popcorn con panecillo M.TO: Barra de desayuno Pizza: Palitos Bosco con salsa	10	● Desayuno Pan plano mexicano con queso y crema de arce. ● Almuerzo Plato principal: Pollo frito con miel y palomitas de maíz con papas fritas en espiral y ensalada de galleta. Plato del día: Barra de nachos.	11	● Desayuno Mini tortitas de salchicha con sabor a vainilla ● Almuerzo Plato principal: Pollo Buffalo Popcorn Macarrones con queso y palitos de pan Ensalada: Pollo Popcorn con panecillo M.TO: Queso o pepperoni	12	
										13	
14	● Desayuno Muffin inglés de pollo y queso, gofre Maple Madness ● Almuerzo Plato principal: Pollo Lo Mein con palomitas de maíz a la naranja Ensalada: Huevo Chef con panecillo M.TO: Deli Bar	15	● Desayuno Rollo de canela glaseado con palitos de Bosco ● Almuerzo Plato principal: Tacos de barbacoa de pavo con papas españolas Ensalada: Ensalada César de pollo con panecillo M.TO: Burrito Bowl	16	● Desayuno Donut de azúcar glas, pan plano con jamón, huevo y queso y sirope de arce. ● Almuerzo - ESPECIAL Plato principal: Pan plano con pollo al pesto Ensalada: Huevo Chef con panecillo M.TO: Papa al horno BAR Pizza: Pizza Crunchers	17	● Desayuno Salchicha Desayuno Pizza Caramelo Cinni Mini ● Almuerzo Plato principal: Waffles Eggoji y salchichas Ensalada: César de pollo con panecillo M.TO: Taco BAR	18	● Desayuno Tortitas de confeti, magdalenas de huevo y queso ● Almuerzo Plato principal: Pan plano de pollo al pesto (¡OFERTA LIMITADA!) Ensalada: Egg Chef con panecillo Pizza: Queso y pepperoni	19	
										20	
21	● Desayuno Parte superior de muffin con chispas de chocolate con palito de panqueque de pavo Graham ● Almuerzo Plato principal: Tacos de carne coreana con pepino y pico de gallo Ensalada: Pollo frito con panecillo M.TO: Deli BAR	22	● Desayuno Croissant de huevo y queso, gofres Eggoji ● Almuerzo Plato principal: Tiras de pollo, salsa y nudo de ajo Ensalada: Egg Chef con panecillo M.TO: Nacho BAR	23	● Desayuno Batido de fresa y manzana con galleta Graham de pollo campestre ● Almuerzo Plato principal: Nacho Walking Taco Ensalada: Pollo Popcorn con panecillo M.TO: Macarrones con queso BAR Pizza: Bosco Sticks con salsa	24	● Desayuno Sándwich de salchicha con gofre holandés ● Almuerzo Plato principal: Hamburguesa especial BAR “Quesadilla o Bacon” Ensalada: Huevo Chef con panecillo M.TO: Burrito Bowl BAR	25	No hay escuela No hay escuela	26	
										27	
28	● Desayuno Wrap de pollo, huevo y queso, tostadas francesas Trix ● Almuerzo Plato principal: Pizza Waffalacos Ensalada: Egg Chef con panecillo M.TO: Deli BAR	29	● Desayuno Pizza de desayuno con salchicha Mini pastel de fresa ● Almuerzo Plato principal: Palitos de tostada francesa con salchichas de pavo Ensalada: César de pollo con panecillo M.TO: Taco BAR	30	● Desayuno Croissant de huevo y queso con rollo de canela glaseado ● Almuerzo Plato principal: Empanadillas de pollo y verduras sobre arroz frito Ensalada: Egg Chef con rollo M.TO: Barra de alitas Pizza: Bosco Sticks con salsa	1	● Desayuno	2	● Desayuno:	3	
										4	