

May 2021

LE MARS COMMUNITY SCHOOL

LUNCH



calories:

K-5 550-650 6-8 600-700 9-12 750-850

Student Cost: Free Adult Cost: \$3.85

**Fitness Tip:** MyPlate recommends:

- Niños necesitan al menos 60 minutos de actividad física cada día.
- Haz ejercicio junto con tu familia.
- Actividades físicas pueden ser divertidas y hay gran variedad de ellas.

Monday

Wild Mike Bolitas de queso
Ejotes
Ensalada de lechuga
Fruta Mixta

3

Tuesday

Mr Ribbs
Ensalada de Lechuga
Brocoli
Duraznos

4

Wednesday

hamburguesa de Pollo empanizado
Lechuga
Frijoles horneados
Peras

5

Thursday

Hamburguesa con queso
Chicharos
Palitos de Zanahoria
Lechuga
Pina

6

Friday

Rollitos de Jamon
Palitos de Zanahoria
Lechuga
Fruta Mixta
Doritos

7

Pollo
Tea Roll
Pure de papa
Vegetales Mixtos
Fruta Mixta

10

Dezebrada de res Sandwic
Queso Mozzarella
Ejotes
Palitos de Zanahoria
Pure de Manzana

11

Taco Burgers
Lechuga
Frijoles Fritos
Peras

12

Hamburguesa de Puerco empanizado
Papas
Brocoli
Duraznos

13

Sandwich de Queso asado
Cubitos de Zanahoria
Lechuga
Pina

14

Pollo
Tea Roll
Brocoli
Fruta Mixta

17

Lasagna
Pan
Elote
Lechuga
Pure de Manzana

18

Taverns
Vegetales mixtos
Palitos de Zanahoria
peras

19

Mr Ribb Sandwich
Lechuga
Cubitos de Zanahoria
Duraznos

20

Hamburguesa con queso
Lechuga
Frijoles horneados
Fruta

21

Pizza de Queso
Elote
Palitos de Zanahoria
Fruta Mixta

24

Hotdogs
Frijoles Horneados
Ensalada de Lechuga
Peras

25

COMIDA SORPRESA
DE LA COCINA!

26

Pavo/Rollitos de queso
Lechuga
Palitos de Zanahoria/Apio
Pure de Manzana

27

VACACIONES DE VERANO!

28

31

