

## Dieta Regular

Una dieta para niños en edad escolar proporciona opciones de alimentos que satisfarán sus necesidades nutricionales.  
A disfrutar!

*El desayuno se sirve todo el día*

### CEREALES

- Avena • Semola
- Cheerios • Raisin Bran
- Tostado crujiente de Cinnamon
- Honey Nut Cheerios
- Arroz Chex

### SIDES

- Queso Cottage Bajo en Grasa
- Huevo Duro Cocido
- Tortilla de Hash Brown • Tocino
- Tocino de Pavo •
- Tortilla de Salchicha Pavo

### PREPARA TU PROPIO OMELET

**Huevos:** Caras de Huevo • Huevos

**Proteína:** Cheddar • Suiza • Americana • Provolone  
Jamon Picado • Salchicha De Pavo en Cuadrito  
Tocino Picado • Tocino de Pavo

**Ingredientes:** Champiñones Salteados • Cebollo Salteado • Salsa  
Pimientos Verdes • Tomatoes Picados

### APERITIVOS DULCES

- Banana Fresco
- Naranja Fresco
- Taza de la Fruta Fresca
- Uvas Rojas
- Pina Fresca
- Yogur de Fresa Bajo en Grasa
- Yougur de Vanilla Baja en Grasa

### BEVERAGES

- Jugo de Naranja
- Jugado Manzana • Jugo de Uva
- Leche Descremada 2% Leche
- Leche Entera
- Leche con Chocolate FF
- Chocolate Caliente

### DESAYUNO

- Huevos Revueltos
- Barra de Tostados  
Fancesas al Horno
- Waffle
- Panqueques
- Panqueques de Arandanos de Trigo
- Panqueques con Chip de Chocolate
- Plato de Fruta de Yogur Griego

### PANES

- Muffin de Arandanos
- Rolla de Canela
- Muffin Ingles • Bagel
- Bagel de Pasas de Canela
- Tortilla de Harina
- Pan Blanco
- Pan Integral

### CONDIMENTS

- Margarina
- Queso Crema Light
- Queso Crema
- Jalea • Mantequilla de Mani
- Jugo de Limon
- Miel • Sugar
- Sucralosa Equal® • Sal
- Pimienta • Mrs Dash
- Ketchup • Jarabe
- Pasas • Salsa

### ENTRADAS

Ensalada Mixta Con Pepinos y Tomateo  
Ensalada Caesar • Apio y Zanhorias con Rancho

### COMIDA PRINCIPAL

Albondiga Sub	Hamburguesa con Queso
Palitos de Pescado Al Horno con Tartar	Burrito de Ternera con Salsa
Pavo Asada	Quesadilla de Quesadilla con Salsa
Rigatoni con Albondigas	Ensalada Caesar de Pollo
Macarroens y Queso Kraft	Envuelto de Pollo Buffalo
Tenders de Pollo	Pollo Parmesano

### PREPARA TU PROPIO SANDWICH

---- **Elige tu Pan** ----

Pan de Trigo • WPan Blanco • Tortillo de Harina de Trigo  
Tortilla de Harina • Rollo Hoagie • Bollo Deslizante

---- **Elija su Proteína** ----

Jamon • Pavo Asada • Carne Asada  
Pechuga de Pollo • Tocino • Mantequilla de Mani  
Ensalada de Pollo • Ensalada de Atun

---- **Elige tu Queso** ----

Americano • Cheddar • Provolone • Suiza

---- **Elijas sus Ingredientes y Condimentos** ----

Tomateo • Lechuga Cebolla Roja • Jaleae • Ketchup  
Mostaza • Rebanda de Pepinillo • Salsa BBQ • Lite Mayo  
Salsa • Salsa de Buffalo • Ranch • Mostaza con Miel

### PREPARA TU PROPIO

---- **Elige tu Pan** ----

Pan Integral • Pan Blanco • Rollo de Hamburguesa  
Rollo de Hamburguesa de Trigo • Bollo Beslizante  
Tortilla de Harina de Trigo • Tortilla de Harina

---- **Elige su Proteína** ----

Empanda de Carne de Vaca  
Garden Burger • Pechuga de Pollo a la Prilla • Pechuga de Pollo  
Empanda • Emoanda de Pavo  
Pavo Asada en Rodajas • Tocino • Jamon en Rodajas

---- **Choose Your Cheese** ----

Americano • Cheddar • Provolone • Suiza

---- **Elijas sus Ingredientes y Condimentos** ----

Tomateo • Rodaja de Pepinillo • Lechuga  
Cebolla Roja • Ketchup  
Lite Mayo • Mostaza • Salsa • Salsa BBQ  
Salsa de Buffalo • Ranch • Mostaza con Miel

### SOPAS

Pollo con Fideos • Tomateo Albahaca • Vegetal

### PREPARA TU PROPIA PIZZA

**Pan:** Pasta de Pizza • Pan de Grano Entero

**Salsa:** Salsa Pizza • ASalso Alfredo

**Queso:** Queso Mozzarella • Queso Cheddar

**Ingredientes:** Salchicha Italian • Pepperoni • Champiñones  
Cebollas Salteadas • Pimientos Salteadas

### CAJA BENTO

Yogur y Fruta Bento • Pavo y Queso Cheddar Bento  
Queso Cheddar Bento

### ACOMPANAMIENTOS

Brocoli Fresco • Frijoles Verdes • Zanahorias Frescas • Maiz  
Pure de Papas • Papas Fritas Al Horno • Papas Dulces  
Papas Starz • Pasta Penne con Mantequilla •  
Macarrones y Queso Kraft  
Palitos de Queso Mozzarella • Pretzels  
Queso Mazzarella con Salsa • Papas Fritas al Horno  
Galletas Goldfish® • Salsa de Aves • Salsa Marron • Salsa Marinara

### PANES

Rollo Blanco • Pan de Trigo • Pan Blanco  
Pan Blanco • Palitis de Ajo • Tortilla de Harina • Galletas de Soda

### DULCES

Galletas Con Chips de Chocolate • Galletas de Avena y Pasas  
Teddy Grahams® • Pudín de Vainilla • Pudín de Chocolate  
Gelatina Rojo • Gelatina Citrca • Helado de Vainilla  
Helado de Chocolate • Sorbete de Naranja • Salsa de Manzana  
Dulces de Arroz Krispie • Melocotones • Brownie

Peras • Taza de Fruta • Naranja • Manzana  
Mandarinas • Platano • Bayas  
Melon • Uvas Rojas • Pina

### BEBIDAS

Leche Descremada • 2% Leche • Leche Entera • Leche con  
Chocolate FF • Te Helado • Leche de Soya • Leche de Almendra •  
Jugo de Naranja • Jugo de Manzana • Jugo de Arandano  
Jugo de Uva • Chocolate Caliente

### Dieta Regular

Una dieta para niños en edad escolar proporciona opciones de alimentos que satisfaran sus necesidades nutricionales.  
A disfrutar!

Para realizar un pedido, marque la extension 8-9269 de su telefono.  
Llame entre las 7:00 am y las 7:00 pm para elegir sus selecciones de menu.  
Todas nuestras comidas estan preparadas para ordenar y se entregaran dentro de 45 minutos.  
Los miembros de la familia tambien pueden ordenar desde su casa llamando al 205-638-9269.

#### CONDIMENTS

Margarina	Lite Mayo
Mantequilla	Mostaza
Aderezo Ranch	Gelatina
Aderezo Italian	Mantequilla de Mani
Caesar Dressing	Queso Pamesano
Jugo de Limon	Salsa Tartara
Miel	Salsa de Barbacoa
Azucar	Salsa de Rancho Para Dips
Equal® Sucralosa	Lechuga Y Tomate
Sal	Salsa
Pimienta	Miel Mostaza
Condimento de Hierbas	Salsa Buffalo
Salsa de Tomatoe	