

# Ballington Academy noviembre 2022 Menu



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

01

**Desayuno**

W Muffin casero de pasas y canela  
Naranja  
Leche

**Almuerzo**

W Pollo frito arroz integral  
Judías verdes  
Fruta de temporada  
Leche

**P.M Merienda**

W Pan brasileño con queso y coco

02

**Desayuno**

W Desayuno square  
Manzana  
Leche

**Almuerzo**

W V Pavo macarrones con queso  
Chicharos  
Pera  
Leche

**P.M Merienda**

W Mini Empanadas Caseras

03

**Desayuno**

W Waffles integrales  
Naranja  
Leche

**Almuerzo**

W Carne de res, burrito de calabaza  
Brócoli  
Fruta de temporada  
Leche

**P.M Merienda**

Yogur de vainilla orgánico A2  
W Delicioso cereal de avena arrollada

04

**Desayuno**

W Cuadrado De Limón De Pera Fresca Al Horno Casero  
Manzana  
Leche

**Almuerzo**

Sándwich de pollo a la parrilla  
W V Pan / Rollo WW Horneado En Casa  
Zanahorias con miel y mostaza  
Pera  
Leche

**P.M Merienda**

Queso de Chefables  
W Palo de pretzel de pizza suave

07

**Desayuno**

W Cereales para el desayuno  
Manzana  
Leche

**Almuerzo**

W Deditos de pollo  
Ensalada De Frijoles + Orzo  
Pera  
Leche

**P.M Merienda**

Queso de Chefables  
W Galletas caseras

08

**Desayuno**

W Muffin de chispas de cacao horneado en casa  
Naranja  
Leche

**Almuerzo**

W Espagueti de Bolognesi con pavo  
Judías verdes  
Fruta de temporada  
Leche

**P.M Merienda**

W Pan brasileño con queso y coco

09

**Desayuno**

W Desayuno square  
Manzana  
Leche

**Almuerzo**

W V Macaroni y queso  
Ensalada De Brócoli  
Pera  
Leche

**P.M Merienda**

W Mini Empanadas Caseras

10

**Desayuno**

W Palitos De Tostadas Francesas  
Con Frutos Secos  
Naranja  
Leche

**Almuerzo**

W Queso Relleno De Pretzel + Bollo De Pollo  
Zanahorias asadas  
Fruta de temporada  
Leche

**P.M Merienda**

Yogur de vainilla orgánico A2  
W Delicioso cereal de avena arrollada

11

Closed

14

**Desayuno**

W Cereales para el desayuno  
Manzana  
Leche

**Almuerzo**

W Deditos de pollo  
Ensalada De Frijoles + Orzo  
Pera  
Leche

**P.M Merienda**

Queso de Chefables  
W Galletas caseras

15

**Desayuno**

W Muffin al horno casero  
Naranja  
Leche

**Almuerzo**

W Pollo Tikka Masala + Arroz Integral  
Chicharos  
Fruta de temporada  
Leche

**P.M Merienda**

W Pan brasileño con queso y coco

16

**Desayuno**

W Desayuno square  
Manzana  
Leche

**Almuerzo**

W V Ravioles de Espinacas + Queso  
Calabacín  
Pera  
Leche

**P.M Merienda**

Queso de Chefables  
W Pan Delimanjoo

17

**Desayuno**

W Waffles de pan de maíz  
Naranja  
Leche

**Almuerzo**

W V Macaroni y queso  
Col rizada  
Fruta de temporada  
Leche

**P.M Merienda**

Yogur de semillas de amapola y limón A2  
W Mini muffin horneado en casa

18

**Desayuno**

W Rollo de desayuno de plátano horneado en casa  
Manzana  
Leche

**Almuerzo**

W Rollo de salchicha de pavo  
Camote rostizado  
Pera  
Leche

**P.M Merienda**

W Semillas de calabaza y girasol tostadas con arce  
Pasas

21

Closed

22

Closed

23

Closed

24

Closed

25

Closed

28

**Desayuno**

W Cereales para el desayuno  
Manzana  
Leche

**Almuerzo**

W Deditos de pollo  
Ensalada De Frijoles + Orzo  
Pera  
Leche

**P.M Merienda**

Queso de Chefables  
W Galletas caseras

29

**Desayuno**

W Muffin de zanahoria y jengibre al horno casero  
Manzana  
Leche

**Almuerzo**

W Burrito de pollo, espinacas y queso  
Judías verdes  
Fruta de temporada  
Leche

**P.M Merienda**

W Pan brasileño con queso y coco

30

**Desayuno**

W Desayuno square  
Manzana  
Leche

**Almuerzo**

W V Macaroni y queso  
Zanahorias asadas  
Pera  
Leche

**P.M Merienda**

W Mini Empanadas Caseras

Notes

- Chefables se reserva el derecho de sustituir los elementos del menú indicados si no están disponibles en el mercado o debido a circunstancias imprevistas.
- Leche baja en grasa (1%) servida en TODOS los desayunos, almuerzos y cenas. Toda la leche que se sirve no contiene rBST.
- Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.



Algunas de las verduras de este mes: Alcachofa rúcula verde asiático aguacate remolacha bok choy brócoli rabe coles de Bruselas repollo zanahorias coliflor apio acelga col rizada pepino puerros lechuga champiñones okra cebolla chirimía guisantes pimientos patata rábanos ruibarbo colinabo cebolletas espinacas calabaza invierno sunchokes camote tomatillo tomates nabos



Solo algunas de las frutas de este mes: Manzanas peras asiáticas nopales dátiles uvas guayabas kiwis kumquats limones limas mandarinas naranjas caquis ciruelas granadas toronjas membrillos fresas