



# La Academia de Estrellas Menu del Desayuno

## Diciembre 2018

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
<p><b>3</b></p> <p>~ cereal integral de "apple Os"</p> <p>*</p> <p>~ pastel plano echo en casa de frutas con avena integral</p> <p>*</p> <p>naranjas fresca cortadas en mitad</p> <p>100% jugo de fruta</p> <p>*</p> <p>seleccion de leche</p>	<p><b>4</b></p> <p>~ un integral pnini sandwich para desayuno acompañado con pavo y queso</p> <p>*</p> <p>frescas bananas</p> <p>100% jugo de fruta</p> <p>*</p> <p>seleccion de leche</p>	<p><b>5</b></p> <p>~ avena de grano tostada en tazón de cereal con pasas</p> <p>*</p> <p>~ fresco homeado al horno un pastel de manzana con avena</p> <p>*</p> <p>frescos trozos de melon</p> <p>100% jugo de fruta</p> <p>*</p> <p>seleccion de leche</p>	<p><b>6</b></p> <p>~ un panqueque integral "pig in a blanket" con salchicha de pavo y una copa de miel</p> <p>*</p> <p>mandarinas en sunjugo</p> <p>100% jugo de fruta</p> <p>*</p> <p>seleccion de leche</p>	<p><b>7</b></p> <p>~ pan recién homeado al horno "sticky bun" con manzanas de canela ensima</p> <p>*</p> <p>peras en su jugo</p> <p>100% jugo de fruta</p> <p>*</p> <p>seleccion de leche</p>
<p><b>10</b></p> <p>~ fresco bizcocho integral al horno estilo sureño con una rica salchicha de pavo</p> <p>*</p> <p>naranjas fresca cortadas en mitad</p> <p>100% jugo de fruta</p> <p>*</p> <p>seleccion de leche</p>	<p><b>11</b></p> <p>~ un tazón de cereal integral cuadrados</p> <p>*</p> <p>~ un muffin integral homeado de duraznos con yogur</p> <p>*</p> <p>trozo de pina en su jugo</p> <p>100% jugo de fruta</p> <p>*</p> <p>seleccion de leche</p>	<p><b>12</b></p> <p>~ un taquito de huevito, papas y queso con salsa de tacos</p> <p>O</p> <p>~ nuestro taco de chorizo con papa y queso &amp; salsa de tacos</p> <p>*</p> <p>copa de fruta fresca</p> <p>100% jugo de fruta</p> <p>*</p> <p>seleccion de leche</p>	<p><b>13</b></p> <p>un tazón de cereal integral 'flakes'</p> <p>*</p> <p>~ un pan plano homeado de 'triberry'</p> <p>*</p> <p>bananas frescas</p> <p>100% jugo de fruta</p> <p>*</p> <p>seleccion de leche</p>	<p><b>14</b></p> <p>~ palillos Francescos tostados con una copa de miel</p> <p>*</p> <p>una salchicha de pavo</p> <p>*</p> <p>pure de manzana</p> <p>100% jugo de fruta</p> <p>*</p> <p>seleccion de leche</p>
<p><b>17</b></p> <p>~ cereal integral en tazón "dorado Cinnatoast"</p> <p>*</p> <p>~ rebanadas de pan integral con jelly de frutas</p> <p>*</p> <p>variedad de manzanas frescas</p> <p>100% jugo de fruta</p> <p>*</p> <p>seleccion de leche</p>	<p><b>18</b></p> <p>~ un bagel integral para el desayuno con bacon de pavo, huevo y queso de cheddar</p> <p>*</p> <p>bananas frescas</p> <p>100% jugo de fruta</p> <p>*</p> <p>seleccion de leche</p>	<p><b>19</b></p> <p>~ un tazón de cereal integral 'fruity Os'</p> <p>*</p> <p>~ un fresco muffin integral al horno de zanahorias y canela</p> <p>*</p> <p>cubitos de chabacones</p> <p>100% jugo de fruta</p> <p>*</p> <p>seleccion de leche</p>	<p><b>20</b></p> <p>~ panqueques fresco al horno "sliderwich" con un salchicha de pavo y copa de miel</p> <p>*</p> <p>trozos de melon frescos</p> <p>100% jugo de fruta</p> <p>*</p> <p>seleccion de leche</p>	<p><b>21</b></p> <p>~ recién homeado pan integral "sticky bun" con duraznos y canela ensima</p> <p>*</p> <p>cubitos de duraznos</p> <p>100% jugo de fruta</p> <p>*</p> <p>seleccion de leche</p>
<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>
<b>31</b>				

### Notes:

"Sauces, beans, salads, pastas, bakery, brisket, chicken, etc... all scratch-cooked in-house with our recipes"

"Produce, Fruit, and other recipe ingredients sourced locally (when seasonally available)"

