



La Academia de Estrellas Menu de Desayuno

Octubre 2018

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
<p>1</p> <p>~ fresco bizcocho integral al horno estilo sureño con una rica salchicha de pavo</p> <p>* naranjas fresca cortadas en mitad 100% jugo de fruta</p> <p>* seleccion de leche</p>	<p>2</p> <p>~ un tazón de cereal integral cuadrados</p> <p>* ~ un muffin integral horneado de duraznos con yogur</p> <p>* trozo de pina en su jugo 100% jugo de fruta</p> <p>* seleccion de leche</p>	<p>3</p> <p>~ un taquito de huevito, papas y queso con salsa de tacos</p> <p>O ~ nuestro taco de chorizo con papa y queso & salsa de tacos</p> <p>* copa de fruta fresca 100% jugo de fruta</p> <p>* seleccion de leche</p>	<p>4</p> <p>un tazón de cereal integral 'flakes'</p> <p>* ~ un pan plano horneado de 'triberry'</p> <p>* bananas frescas 100% jugo de fruta</p> <p>* seleccion de leche</p>	<p>5</p> <p>~ palillos Francesos tostados con una copa de miel</p> <p>* una salchicha de pavo</p> <p>* pure de manzana 100% jugo de fruta</p> <p>* seleccion de leche</p>
<p>8</p> <p>~ cereal integral en tazón "dorado Cinnatoast"</p> <p>* ~ rebanadas de pan integral con jelly de frutas</p> <p>* variedad de manzanas frescas 100% jugo de fruta</p> <p>* seleccion de leche</p>	<p>9</p> <p>~ un bagel integral para el desayuno con bacon de pavo, huevo y queso de cheddar</p> <p>* bananas frescas 100% jugo de fruta</p> <p>* seleccion de leche</p>	<p>10</p> <p>~ un tazón de cereal integral 'fruity Os'</p> <p>* ~ un fresco muffin integral al horno de zanahorias y canela</p> <p>* cubitos de chabacones 100% jugo de fruta</p> <p>* seleccion de leche</p>	<p>11</p> <p>~ panqueques fresco al horno "sliderwich" con un salchicha de pavo y copa de miel</p> <p>* trozos de melon frescos 100% jugo de fruta</p> <p>* seleccion de leche</p>	<p>12</p> <p>~ recien horneado pan integral "sticky bun" con duraznos y canela ensima</p> <p>* cubitos de duraznos 100% jugo de fruta</p> <p>* seleccion de leche</p>
<p>15</p> <p>~ avena de grano tostada en tazón de cereal con pasas</p> <p>* ~ pastel plano integral de banana al horno</p> <p>* cubitos de peras 100% jugo de fruta</p> <p>* seleccion de leche</p>	<p>16</p> <p>~ tacos de huevo, papas y queso con salsa de tacos</p> <p>O ~ tacos caseros de chorizo, papa y queso con salsa de tacos</p> <p>* naranjas fresca cortadas en mitad 100% jugo de fruta</p> <p>* seleccion de leche</p>	<p>17</p> <p>~ tazón de cereal 'flakes' integral</p> <p>* ~ muffin integral al horno de azúcar morena y morasazules</p> <p>* fruta fresca 100% jugo de fruta</p> <p>* seleccion de leche</p>	<p>18</p> <p>~ palillos franceses tostados con un tazón de miel</p> <p>* ~ salchicha de pavo</p> <p>* puré de manzana 100% jugo de fruta</p> <p>* seleccion de leche</p>	<p>19</p> <p>**</p>
<p>22</p> <p>~ un tazón de yogur de vainilla con fruta fresca abajo</p> <p>* ~ rebanadas de pan integral con jelly de fruta</p> <p>* naranjas fresca cortadas en mitad 100% jugo de fruta</p> <p>* seleccion de leche</p>	<p>23</p> <p>~ cereal integral de "fruity Os" en un tazón</p> <p>* ~ pan integral al horno con canela conocido como "monkeybread"</p> <p>* cubitos de chabacones 100% jugo de fruta</p> <p>* seleccion de leche</p>	<p>24</p> <p>~ pastel de elote al horno 'Johnny cake' horneado con queso y salchicha de pavo mas un tazón de miel</p> <p>* trozos frescos de melon 100% jugo de fruta</p> <p>* seleccion de leche</p>	<p>25</p> <p>~ cereal integral en tazón "dorado Cinnatoast"</p> <p>* ~ un muffin de pina tropical integral al horno</p> <p>* tazón de duraznos 100% jugo de fruta</p> <p>* seleccion de leche</p>	<p>26</p> <p>~ waffle integral con una copa de miel</p> <p>* ~ desayuno hashbrown de papas</p> <p>* manzanas de canela al horno 100% jugo de fruta</p> <p>* seleccion de leche</p>
<p>29</p> <p>~ cereal integral de "apple Os"</p> <p>* ~ pastel plano echo en casa de frutas con avena integral</p> <p>* naranjas fresca cortadas en mitad 100% jude de fruta</p> <p>* seleccion de leche</p>	<p>30</p> <p>~ un integral pnini sandwich para desayuno acompañado con pavo y queso</p> <p>* frescas bananas 100% jugo de fruta</p> <p>* seleccion de leche</p>	<p>31</p> <p>~ avena de grano tostada en tazón de cereal con pasas</p> <p>* ~ fresco horneado al horno un pastel de manzana con avena</p> <p>* frescos trozos de melon 100% jugo de fruta</p> <p>* seleccion de leche</p>		

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)"

