

Menú Vegetariano 2022



Puede recibir los LUNES:	Puede recibir los LUNES	You may receive for WEDNESDAYS:	You may receive for THURSDAYS:	You may receive for FRIDAYS:	You may receive for SATURDAYS:	You may receive for SUNDAYS:
Desayuno: Pan de Elote de "Chuck" Panqueques de Arándano Azul de "Chuck" Bizcocho Salado Tostada Francesa	Desayuno: Cereal Frio "Cheerios" Leche Reducida en Grasa Fruta	Desayuno: Cereal Frio Kix Leche Reducida en Grasa Fruta	Desayuno: Cereal Integral "Total" Leche Reducida en Grasa Fruta	Desayuno: Revuelto de Vegetales Horneado de Huevo con Calabaza Frittata de Vegetales Omelet	Desayuno: Crema de Trigo Leche Reducida en Grasa Fruta	Desayuno: Cereal Frio "All-Bran" Leche Reducida en Grasa Fruta
Sopa/Ensalada: Frijol Negro Cubano /Pasta con Albahaca Frijol Blanco & Cebada/Trigo Burgol & Lentejas Cebolla Caramelizada/Quinoa Verde Zanahorias al Curry/Farro con Betabel	Sopa: Sopa de Chicharo Betabel al Curry Curry de Coco Gazpacho de Elote	Sopa/Ensalada: Puré de champiñones/ Ensalada de Garbanzo con Kale Tres Frijoles Ahumados/ Ensalada de Couscous con Menta y Sumac Puré de Rabano/ Ensalada de Coliflor & Camote Puré de Espinaca/Ensalada de Lenteja Negra y Hierbas	Sopa: Cúrcuma y Hierba de Limón Puré de Calabaza de Verano Puré de Calabaza Quinoa & Vegetales	Sopa: Papa & Frijol Blanco Lenteja al Limón Papa al Curry Berenjena Ahumada	Sopa: Apio & Ajo Papa & Brócoli Puré de Vegetales Frijol Negro & Maíz	Sopa: Vegetales Creole Chicharo Amarillo Frijol Negro & Col Rizada Sancocho Vegano ^V
Pan Integral	Pan Integral	Pan Integral	Pan Integral	Pan Integral	Pan Integral	Pan Integral
Plato Principal: Pimiento Relleno con Salsa de Curry Vegetales Mixtos Estofado de Frijol Blanco y Negro Arroz Blanco Vegetales Mixtos Estofado de Vegetales de Temporada Arroz Blanco Vegetales Mixtos "Gumbo" de Vegetales Arroz Salvaje Vegetales Mixtos	Plato Principal: Torta de Quinoa y Elote Crema de Tofu Vegetales Mixtos Portobello Relleno Vegetales Mixtos Hamburguesa de Champiñones y Cebada Vegetales Mixtos Estofado de Lenteja Ahumada Arroz Blanco Vegetales Mixtos	Plato Principal: Hamburguesa de Vegetales Pasta Vegetales Mixtos Risotto de Champiñones Pesto de Chicharos Vegetales Mixtos Pasta Primavera Arroz Blanco Vegetales Mixtos Risotto de Calabaza Vegetales Mixtos	Plato Principal: Vegetales Salteados Arroz Blanco Vegetales Mixtos Tofu Horneado Pasta Vegetales Mixtos Estofado Thai de Vegetales Arroz Blanco Vegetales Mixtos Tofu Estilo Barbacoa Ensalada de Pasta Vegetales Mixtos	Plato Principal: Chile de Verduras White Rice Vegetales Mixtos "Dal" de Lentejas Arroz Blanco Vegetales Mixtos Frijoles Estilo Marruecos Arroz Blanco Vegetales Mixtos Chile de Champiñones Quinoa Vegetales Mixtos	Plato Principal: Cazuela de Verduras Vegetales Mixtos Tofu Asado con Betabel y Kale Arroz Blanco Vegetales Mixtos "Mac & Cheese" Vegano Vegetales Mixtos Estofado de Frijol Negro y Camote Vegetales Mixtos	Plato Principal: Estofado de Frijoles Vegetales Mixtos Hamburguesa de Brócoli Vegetales Asiáticas Vegetales Mixtos "Etouffee" Vegetariano Arroz con Frijoles Negros Vegetales Mixtos Hamburguesa de Falafel Tzatziki de Tofu Arroz Blanco Vegetales Mixtos
Postre: Galleta Hecha en Casa	Postre: Fruta de Temporada	Postre: Pastel de Coco	Postre: Fruta de Temporada	Postre: Pastel de Vainilla	Postre: Fruta de Temporada	Postre: Fruta de Temporada