



















Holyoke High School
Semana de Diciembre 31-Enero 4









	Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
	NO HAY CLASES	NO HAY CLASES	Cheesy Italian Dunkers con Salsa Marinara	Sopa de Tomate con Queso Asado	Suroeste Cazula de Pollo
	<p><u>Opción diaria:</u> Hamburguesa Emparedado de Pollo Empanado Pollo a la Parrilla</p> <p><u>Servido con una selección de:</u> Lechuga, tomate, pepinillos, queso</p> <p><u>Especial:</u> Corndog/ Salchi cha forada con Harina de maiz</p>				
			Hawaiano	Tocino Pollo	Los Amantes Vegetales
<u>Opciones diarias:</u> Pizza de Queso o Pizza de Peperoni					
	<p><u>NACHO BAR</u> Pollo Mexicana o Vegetariano Griller Crumbles Arroz y Frijoles Español Chips de Tortilla Aderezos: Queso, Jalapeños, Salsa, Lechuga Rallada, Crema Agria</p>				
			Ensalada De Jardin	Ensalada De Jardin	Ensalada De Jardin
* Todas las ensaladas vienen con Rodillo entero del trigo			Ensalada de Pollo Buffalo	Ensalada de Pollo Buffalo	Ensalada de Pollo Buffalo
	Variedad de Emparedados Fresco de la Bara Deli				
			Ensalada de Papas	Zanahorias Bebe	
			Tallos de Apio	Tallos de Apio	Ensalada César
			Papas Fritas al Horno	Papas Fritas al Horno	Ensalada de la Frijoles Blanca
Fruta Y Vegetales Disponibles Diariamente Ensalada Mixta,Surtido de Fruta Fresca Y Refrigerada					
LECHE	SERVIMOS SU ELECCION DE: CHOCOLATE o 1% BLANCA				
FAVOR DE INFORMAR A SU SERVIDOR DE ALGUNA ALERGIA A ALIMENTO				Menu Esta sujeto a Cambios	

	Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
	Perro Caliente con Ensalada de Papas	Cerdo Asado y Salsa con Panecillo y Puré de Papas	Taco de Pavo con Salsa y Lechuga Picada	Sopa de Brócoli y Queso en Tazón de Pan	Papa Asado de Pollo Mexicano (Pollo, Queso, Tocineta, y Crema Agria) Con Ensalada de Pasta
	<p><u>Opción diaria:</u> Hamburguesa Emparedado de Pollo Empanado Pollo a la Parrilla</p> <p><u>Servido con una selección de:</u> Lechuga, tomate, pepinillos, queso</p> <p><u>Especial:</u> Dogs in a Blanket/ Perros Forrados</p>				
	Seta	Pollo Cordon Blue	Pollo del Club	Salchicha, Cebolla y Pimientos	Pepperoni y Pimientos del Plátano
<u>Opciones diarias:</u> Pizza de Queso o Pizza de Peperoni					
	<p>BAR BURRITO Pollo Mexicana o Vegetariano Griller Crumbles Arroz con Cilantro y Lima 10" Tortilla o Ensalada Mixta Pinto Frijoles, Pimiento y Cebolla, Salsa de Maíz, Queso Rallado, Crema Agria <i>* Opcional: Arroz o Ensaladera</i></p>				
	Variedad de Emparedados Fresco de la Bara Deli				
* Todas las ensaladas vienen con Rodillo entero del trigo	Ensalada de Papas				
	Ensalada De Jardin	Ensalada De Jardin	Ensalada De Jardin	Ensalada De Jardin	Ensalada De Jardin
	Ensalada Asiatica de Pollo	Ensalada Asiatica de Pollo	Ensalada Asiatica de Pollo	Ensalada Asiatica de Pollo	Ensalada Asiatica de Pollo
	Ensalada de Espinacas con Miel y Mostaza El Maíz al Vapor	Ensalada de Espinacas con Miel y Mostaza Tomates de Uva	Ensalada de Frijol Negro Cilantro Lime Ensalada de Col	Monedas de Pepino Tomates de Uva	Monedas de Pepino Tomates de Uva
Fruta Y Vegetales Disponibles Diariamente Ensalada Mixta, Surtido de Fruta Fresca Y Refrigerada					
LECHE	SERVIMOS SU ELECCION DE: CHOCOLATE o 1% BLANCA				
FAVOR DE INFORMAR A SU SERVIDOR DE ALGUNA ALERGIA A ALIMENTO				Menu Esta sujeto a Cambios	

	Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
	Emparedado de Pescado	Macarrones y Queso Con Panecillo	Pollo Asado y Galleta	Chili de Carne con Chips de Tortilla	Arroz Frito con Pollo Y Egg Roll con Pollo
	<p><u>Opción diaria:</u> Hamburguesa Emparedado de Pollo Empanado Pollo a la Parrilla</p> <p><u>Servido con una selección de:</u> Lechuga, tomate, pepinillos, queso</p> <p><u>Especial:</u> Hamburguesa con Tosineta y Bruschetta en pan Flatbread</p>				
	Supremo	Albóndiga	Carne y Queso	Tocino Bruschetta	Pollo Asiático
<u>Opciones diarias:</u> Pizza de Queso o Pizza de Peperoni					
	<p><u>Bar de pasta italiana</u> Pasta penne Pollo a la Parilla o vegetariano Griller Crumbles Salsa de Tomate o Salsa Alfredo Queso Rallado, Verduras de Temporada Salteadas, Ajo Rollo</p>				
 * Todas las ensaladas vienen con Rodillo entero del trigo	Ensalada De Jardin	Ensalada De Jardin	Ensalada De Jardin	Ensalada De Jardin	Ensalada De Jardin
	Ensalada de Cesar con Pollo	Ensalada de Cesar con Pollo	Ensalada de Cesar con Pollo	Ensalada de Cesar con Pollo	Ensalada de Cesar con Pollo
	Variedad de Emparedados Fresco de la Bara Deli				
	Zanahorias Bebe	Ensalada de Papas	Ensalada de Tre Frijoles	Zanahorias Bebe	Monedas de Calabacín
	Papas de Batata Dulce	Zanahorias Bebe	Puré de Papas	Tallos de Apio	Frijoles al Horno
	Monedas de Calabacín	Verduras Mixtas	Zanahorias Bebe	Zanahorias al Vapor	Zanahorias Bebe
	Fruta Y Vegetales Disponibles Diariamente Ensalada Mixta, Surtido de Fruta Fresca Y Refrigerada				
LECHE	SERVIMOS SU ELECCION DE: CHOCOLATE o 1% BLANCA				
FAVOR DE INFORMAR A SU SERVIDOR DE ALGUNA ALERGIA A ALIMENTO				Menu Esta sujeto a Cambios	

	Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
	NO HAY CLASES	Pasta y Salsa Con El Ajo Rollo y Queso Rallado	Taco de Pollo, Salsa, Lechuga con Arroz y Frijoles	Sopa Cremosa de Patata y Tocino Con Panecillo	Enchiladas de Pollo
	<p><u>Opción diaria:</u> Hamburguesa Emparedado de Pollo Empanado Pollo a la Parrilla</p> <p><u>Servido con una selección de:</u> Lechuga, tomate, pepinillos, queso</p> <p><u>Especial:</u> Emparedado de Salchicha Italiana en Torpedo</p>				
		Pollo BBQ	Hawaiano	Tocino Pollo	Los Amantes Vegetales
<u>Opciones diarias:</u> Pizza de Queso o Pizza de Peperoni					
	<p><u>NACHO BAR</u> Pollo Mexicana o Vegetariano Griller Crumbles Arroz y Frijoles Español Chips de Tortilla Aderezos: Queso, Jalapeños, Salsa, Lechuga Rallada, Crema Agria</p>				
		Ensalada De Jardin	Ensalada De Jardin	Ensalada De Jardin	Ensalada De Jardin
* Todas las ensaladas vienen con Rodillo entero del trigo		Ensalada de Pollo Crujiente	Ensalada de Pollo Crujiente	Ensalada de Pollo Crujiente	Ensalada de Pollo Crujiente
	Variedad de Emparedados Fresco de la Bara Deli				
		Brócoli Fresco			Tiras de Pimiento Verde
		Ensalada de Tre Frijoles y Mozzarella	Tiras de Pimiento Verde	Tiras de Pimiento Verde	Judías Verdes al Vapor
		Brócoli Cocido al vapor	Tomates de Uva	Tomates de Uva	Tomates de Uva
Fruta Y Vegetales Disponibles Diariamente Ensalada Mixta,Surtido de Fruta Fresca Y Refrigerada					
LECHE	SERVIMOS SU ELECCION DE: CHOCOLATE o 1% BLANCA				
FAVOR DE INFORMAR A SU SERVIDOR DE ALGUNA ALERGIA A ALIMENTO				Menu Esta sujeto a Cambios	

	Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
	Pollo a la Parrilla, Cilantro Lime Arroz y Queso Rallado	NO HAY CLASES	Emparedado de Pulled Pork	Sopa de Pollo y Maíz Mexicano con Pan de Maíz	Nuggets de Pollo con Ensalada de Pasta
	<p><u>Opción diaria:</u> Hamburguesa Emparedado de Pollo Empanado Pollo a la Parrilla</p> <p><u>Servido con una selección de:</u> Lechuga, tomate, pepinillos, queso</p> <p><u>Especial:</u> Emparedado de Pollo Bufalo</p>				
	Seta		Pollo del Club	Salchicha, Cebolla y Pimientos	Pepperoni y Pimientas del Plátano
<u>Opciones diarias:</u> Pizza de Queso o Pizza de Peperoni					
	<p><u>Asian Bar</u> Arroz frito o Fideos Agridulce / Bourbon Pollo o Vegetariano Griller Crumbles Mezcla Vegetal Asiático, Brócoli al Vapor, Galletas de la Fortuna, Chow Mein Fideos</p>				
	Ensalada De Jardin		Ensalada De Jardin	Ensalada De Jardin	Ensalada De Jardin
* Todas las ensaladas vienen con Rodillo entero del trigo	Ensalada BLT de Pavo		Ensalada BLT de Pavo	Ensalada BLT de Pavo	Ensalada BLT de Pavo
	Variedad de Emparedados Fresco de la Bara Deli				
			Ensalada de Papas	Brócoli Fresco	Coliflor Fresco
	Garbanzos Tex- Mex El Maíz al Vapor		Papas Rostizadas Tallos de Apio	Brócoli Cocido al vapor Zanahorias Bebe	Coliflor al Vapor de Barbacoa Zanahorias Bebe
Fruta Y Vegetales Disponibles Diariamente Ensalada Mixta, Surtido de Fruta Fresca Y Refrigerada					
LECHE	SERVIMOS SU ELECCION DE: CHOCOLATE o 1% BLANCA				
FAVOR DE INFORMAR A SU SERVIDOR DE ALGUNA ALERGIA A ALIMENTO				Menu Esta sujeto a Cambios	