



May 2024



MONDAY 4/29/2024	TUESDAY 4/30/2024	WEDNESDAY 5/1/2024	THURSDAY 5/2/2024	FRIDAY 5/3/2024																				
<p>Calabaza Con Pollo [6] Sobre Arroz Blanco [25] ♥ Frijoles Refritos [28] Zanahorias Sazonadas [8] ♥ Cositas de Piña [15] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>670 calorías/40 g proteína</p>	<p>Hamburguesa de Pub con Queso [1] Papas Fritas [27] ♥ Elote Sazonado [18] ♥ Pan de Hamburguesa [23] Ketchup [2] ♥, Mostaza [0] ♥ Rebanadas de Manzana [15] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>883 calorías/43 g proteína</p>	<p>Pollo al Rey [14] Sobre un Bisquete de Leche Cortada [15] Coles de Bruselas con Mantequilla [8] ♥ Coliflor Sazonada [4] ♥ Gelatina [23] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>645 calorías/49 g proteína</p>	<p>Cazuela De Beefaroni [27] Floretes de Brócoli con Mantequilla [5] ♥ Zanahorias Sazonadas [8] ♥ Ponqué [26] Leche al 1% [12] ♥</p> <p>670 calorías/33 g proteína</p>	<p>Fajitas de Pollo [1] ♥ Sobre Arroz con Cilantro y Lima [25] ♥ Frijoles Negros Sazonados [14] Elote Asado a la Llama [18] ♥ Chips de Tortilla [18] ♥ Duraznos Cortados en Cubitos [12] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>660 calorías/41 g proteína</p>	<p>5/6/2024</p> <p>Filete Salisbury con salsa de champiñones [10] Puré de Papas [24] ♥ Ejotes Verdes en Mantequilla [6] ♥ Rollo de Cena de Grano Integral [13] ♥ Naranjas Mandarinas [16] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>635 calorías/33 g proteína</p>	<p>5/7/2024</p> <p>Pollo y Pasta de moños [26] Zanahorias Sazonadas [8] ♥ Chicharos de Primavera [13] ♥ Plátano [26] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>630 calorías/44 g proteína</p>	<p>5/8/2024</p> <p>Carne de res y brócoli [14] ♥ Arroz Esponjoso [25] ♥ Mezcla de Verduras Las Cuatro Estaciones [12] ♥ Rollito de Primavera Vegetariano [10] Yogur [20] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>700 calorías/46 g proteína</p>	<p>5/9/2024</p> <p>Nuggets de pescado empanizados [20] Conchas Cremosas con Queso [25] Mezcla de Verduras Caribeñas [6] ♥ Ketchup [2] ♥ Pasas [29] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>725 calorías/38 g proteína</p>	<p>5/10/2024</p> <p>Pechuga de res a la barbacoa [9] Patatas al romero cortadas en cubitos [16] Elote con Crema [24] ♥ [24] ♥ Rebanada de Pan [13] ♥ Duraznos Cortados en Cubitos [12] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>761 calorías/38 g proteína</p>	<p>5/13/2024</p> <p>Arroz Con Pollo [33] ♥ Frijoles Refritos [28] Calabacita Sazonada [4] ♥ Cositas de Piña [15] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>680 calorías/48 g proteína</p>	<p>5/14/2024</p> <p>Hamburguesa de carne molida en salsa [5] Gajos de papa sazonados [25] ♥ Chicharos y Zanahorias [10] ♥ Pan de Hamburguesa [23] Uvas [21] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>707 calorías/33 g proteína</p>	<p>5/15/2024</p> <p>Paprikash de pollo [31] Coles de Bruselas Sazonada [8] ♥ Zanahorias Sazonadas [8] ♥ Galleta [26] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>690 calorías/43 g proteína</p>	<p>5/16/2024</p> <p>Enchiladas de queso [31] Arroz a la Española [23] ♥ Frijoles Negros Sazonados [14] Pudín [17] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>695 calorías/33 g proteína</p>	<p>5/17/2024</p> <p>Entrenamiento Trimestral - HEAL Dia Festivo</p> <p>Pollo frito sureño [6] Puré de Papas & Gravy [31] Mezcla de Verduras Campestre [11] ♥ Naranjas Mandarinas [16] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>605 calorías/34 g proteína</p>	<p>5/20/2024</p> <p>Stroganoff de ternera [25] Espárragos y Pimientos Rojos [4] ♥ Zanahorias Sazonadas [8] ♥ Rollo de Cena de Grano Integral [13] ♥ Pasas [29] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>600 calorías/33 g proteína</p>	<p>5/21/2024</p> <p>Tortilla de Huevo Rellana de Queso [2] Salsa Ranchera [5] Mini Rondas de Hashbrown [30] Duraznos Especiadados [31] ♥ Yogur [10] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>685 calorías/30 g proteína</p>	<p>5/22/2024</p> <p>Filete De Carne Frita Con Salsa [36] Puré de Papas [24] ♥ Chicharos de Primavera [13] ♥ Pudín [19] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>735 calorías/33 g proteína</p>	<p>5/23/2024</p> <p>Pasta italiana horneada [49] Floretes de brócoli con mantequilla de limón [9] Coliflor Sazonada [4] ♥ Plátano [26] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>625 calorías/36 g proteína</p>	<p>5/24/2024</p> <p>Picadillo [12] Arroz al Cilantro y Limón [25] ♥ Elote Asado [18] ♥ Chips de Tortilla [18] ♥ Cositas de Piña [15] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>700 calorías/30 g proteína</p>	<p>5/27/2024</p> <p>Día de Conmemoracion de Los Caidos - HEAL Dia Festivo</p> <p>Pollo Parmesano [19] encima de Pasta de Penne en Salsa Roja [47] Floretes de Brócoli con Mantequilla [5] ♥ Coliflor Sazonada [4] ♥ Duraznos Cortados en Cubitos [12] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>825 calorías/52 g proteína</p>	<p>5/28/2024</p> <p>Tamales de Res [24] sobre Arroz a la Española [23] ♥ Elote Asado a la Llama [18] ♥ Salsa Ranchera [5] Yogur [20] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>675 calorías/29 g proteína</p>	<p>5/29/2024</p> <p>Mesquite Pollo Glaseado [4] Puré de Papas [24] ♥ Mezcla de Verduras Campestre [11] ♥ Galleta [32] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>650 calorías/33 g proteína</p>	<p>5/30/2024</p> <p>Carne de Res Mongol [16] sobre Arroz Blanco Esponjoso [25] ♥ Mezcla de Verduras Las Cuatro Estaciones [12] ♥ Rollito de Primavera Vegetariano [10] Naranja [17] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>680 calorías/42 g proteína</p>	<p>5/31/2024</p> <p>Pollo en Caldillo con Bolitas de Masa [10] Elote Sazonado [18] ♥ Chicharos de Primavera [13] ♥ Bisquete de Leche Cortada [27] Rebanadas de Manzana [15] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>760 calorías/55 g proteína</p>
<p>5/6/2024</p> <p>Filete Salisbury con salsa de champiñones [10] Puré de Papas [24] ♥ Ejotes Verdes en Mantequilla [6] ♥ Rollo de Cena de Grano Integral [13] ♥ Naranjas Mandarinas [16] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>635 calorías/33 g proteína</p>	<p>5/7/2024</p> <p>Pollo y Pasta de moños [26] Zanahorias Sazonadas [8] ♥ Chicharos de Primavera [13] ♥ Plátano [26] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>630 calorías/44 g proteína</p>	<p>5/8/2024</p> <p>Carne de res y brócoli [14] ♥ Arroz Esponjoso [25] ♥ Mezcla de Verduras Las Cuatro Estaciones [12] ♥ Rollito de Primavera Vegetariano [10] Yogur [20] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>700 calorías/46 g proteína</p>	<p>5/9/2024</p> <p>Nuggets de pescado empanizados [20] Conchas Cremosas con Queso [25] Mezcla de Verduras Caribeñas [6] ♥ Ketchup [2] ♥ Pasas [29] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>725 calorías/38 g proteína</p>	<p>5/10/2024</p> <p>Pechuga de res a la barbacoa [9] Patatas al romero cortadas en cubitos [16] Elote con Crema [24] ♥ [24] ♥ Rebanada de Pan [13] ♥ Duraznos Cortados en Cubitos [12] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>761 calorías/38 g proteína</p>	<p>5/13/2024</p> <p>Arroz Con Pollo [33] ♥ Frijoles Refritos [28] Calabacita Sazonada [4] ♥ Cositas de Piña [15] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>680 calorías/48 g proteína</p>	<p>5/14/2024</p> <p>Hamburguesa de carne molida en salsa [5] Gajos de papa sazonados [25] ♥ Chicharos y Zanahorias [10] ♥ Pan de Hamburguesa [23] Uvas [21] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>707 calorías/33 g proteína</p>	<p>5/15/2024</p> <p>Paprikash de pollo [31] Coles de Bruselas Sazonada [8] ♥ Zanahorias Sazonadas [8] ♥ Galleta [26] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>690 calorías/43 g proteína</p>	<p>5/16/2024</p> <p>Enchiladas de queso [31] Arroz a la Española [23] ♥ Frijoles Negros Sazonados [14] Pudín [17] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>695 calorías/33 g proteína</p>	<p>5/17/2024</p> <p>Entrenamiento Trimestral - HEAL Dia Festivo</p> <p>Pollo frito sureño [6] Puré de Papas & Gravy [31] Mezcla de Verduras Campestre [11] ♥ Naranjas Mandarinas [16] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>605 calorías/34 g proteína</p>	<p>5/20/2024</p> <p>Stroganoff de ternera [25] Espárragos y Pimientos Rojos [4] ♥ Zanahorias Sazonadas [8] ♥ Rollo de Cena de Grano Integral [13] ♥ Pasas [29] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>600 calorías/33 g proteína</p>	<p>5/21/2024</p> <p>Tortilla de Huevo Rellana de Queso [2] Salsa Ranchera [5] Mini Rondas de Hashbrown [30] Duraznos Especiadados [31] ♥ Yogur [10] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>685 calorías/30 g proteína</p>	<p>5/22/2024</p> <p>Filete De Carne Frita Con Salsa [36] Puré de Papas [24] ♥ Chicharos de Primavera [13] ♥ Pudín [19] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>735 calorías/33 g proteína</p>	<p>5/23/2024</p> <p>Pasta italiana horneada [49] Floretes de brócoli con mantequilla de limón [9] Coliflor Sazonada [4] ♥ Plátano [26] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>625 calorías/36 g proteína</p>	<p>5/24/2024</p> <p>Picadillo [12] Arroz al Cilantro y Limón [25] ♥ Elote Asado [18] ♥ Chips de Tortilla [18] ♥ Cositas de Piña [15] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>700 calorías/30 g proteína</p>	<p>5/27/2024</p> <p>Día de Conmemoracion de Los Caidos - HEAL Dia Festivo</p> <p>Pollo Parmesano [19] encima de Pasta de Penne en Salsa Roja [47] Floretes de Brócoli con Mantequilla [5] ♥ Coliflor Sazonada [4] ♥ Duraznos Cortados en Cubitos [12] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>825 calorías/52 g proteína</p>	<p>5/28/2024</p> <p>Tamales de Res [24] sobre Arroz a la Española [23] ♥ Elote Asado a la Llama [18] ♥ Salsa Ranchera [5] Yogur [20] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>675 calorías/29 g proteína</p>	<p>5/29/2024</p> <p>Mesquite Pollo Glaseado [4] Puré de Papas [24] ♥ Mezcla de Verduras Campestre [11] ♥ Galleta [32] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>650 calorías/33 g proteína</p>	<p>5/30/2024</p> <p>Carne de Res Mongol [16] sobre Arroz Blanco Esponjoso [25] ♥ Mezcla de Verduras Las Cuatro Estaciones [12] ♥ Rollito de Primavera Vegetariano [10] Naranja [17] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>680 calorías/42 g proteína</p>	<p>5/31/2024</p> <p>Pollo en Caldillo con Bolitas de Masa [10] Elote Sazonado [18] ♥ Chicharos de Primavera [13] ♥ Bisquete de Leche Cortada [27] Rebanadas de Manzana [15] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>760 calorías/55 g proteína</p>					
<p>5/13/2024</p> <p>Arroz Con Pollo [33] ♥ Frijoles Refritos [28] Calabacita Sazonada [4] ♥ Cositas de Piña [15] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>680 calorías/48 g proteína</p>	<p>5/14/2024</p> <p>Hamburguesa de carne molida en salsa [5] Gajos de papa sazonados [25] ♥ Chicharos y Zanahorias [10] ♥ Pan de Hamburguesa [23] Uvas [21] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>707 calorías/33 g proteína</p>	<p>5/15/2024</p> <p>Paprikash de pollo [31] Coles de Bruselas Sazonada [8] ♥ Zanahorias Sazonadas [8] ♥ Galleta [26] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>690 calorías/43 g proteína</p>	<p>5/16/2024</p> <p>Enchiladas de queso [31] Arroz a la Española [23] ♥ Frijoles Negros Sazonados [14] Pudín [17] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>695 calorías/33 g proteína</p>	<p>5/17/2024</p> <p>Entrenamiento Trimestral - HEAL Dia Festivo</p> <p>Pollo frito sureño [6] Puré de Papas & Gravy [31] Mezcla de Verduras Campestre [11] ♥ Naranjas Mandarinas [16] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>605 calorías/34 g proteína</p>	<p>5/20/2024</p> <p>Stroganoff de ternera [25] Espárragos y Pimientos Rojos [4] ♥ Zanahorias Sazonadas [8] ♥ Rollo de Cena de Grano Integral [13] ♥ Pasas [29] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>600 calorías/33 g proteína</p>	<p>5/21/2024</p> <p>Tortilla de Huevo Rellana de Queso [2] Salsa Ranchera [5] Mini Rondas de Hashbrown [30] Duraznos Especiadados [31] ♥ Yogur [10] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>685 calorías/30 g proteína</p>	<p>5/22/2024</p> <p>Filete De Carne Frita Con Salsa [36] Puré de Papas [24] ♥ Chicharos de Primavera [13] ♥ Pudín [19] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>735 calorías/33 g proteína</p>	<p>5/23/2024</p> <p>Pasta italiana horneada [49] Floretes de brócoli con mantequilla de limón [9] Coliflor Sazonada [4] ♥ Plátano [26] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>625 calorías/36 g proteína</p>	<p>5/24/2024</p> <p>Picadillo [12] Arroz al Cilantro y Limón [25] ♥ Elote Asado [18] ♥ Chips de Tortilla [18] ♥ Cositas de Piña [15] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>700 calorías/30 g proteína</p>	<p>5/27/2024</p> <p>Día de Conmemoracion de Los Caidos - HEAL Dia Festivo</p> <p>Pollo Parmesano [19] encima de Pasta de Penne en Salsa Roja [47] Floretes de Brócoli con Mantequilla [5] ♥ Coliflor Sazonada [4] ♥ Duraznos Cortados en Cubitos [12] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>825 calorías/52 g proteína</p>	<p>5/28/2024</p> <p>Tamales de Res [24] sobre Arroz a la Española [23] ♥ Elote Asado a la Llama [18] ♥ Salsa Ranchera [5] Yogur [20] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>675 calorías/29 g proteína</p>	<p>5/29/2024</p> <p>Mesquite Pollo Glaseado [4] Puré de Papas [24] ♥ Mezcla de Verduras Campestre [11] ♥ Galleta [32] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>650 calorías/33 g proteína</p>	<p>5/30/2024</p> <p>Carne de Res Mongol [16] sobre Arroz Blanco Esponjoso [25] ♥ Mezcla de Verduras Las Cuatro Estaciones [12] ♥ Rollito de Primavera Vegetariano [10] Naranja [17] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>680 calorías/42 g proteína</p>	<p>5/31/2024</p> <p>Pollo en Caldillo con Bolitas de Masa [10] Elote Sazonado [18] ♥ Chicharos de Primavera [13] ♥ Bisquete de Leche Cortada [27] Rebanadas de Manzana [15] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>760 calorías/55 g proteína</p>										
<p>5/20/2024</p> <p>Stroganoff de ternera [25] Espárragos y Pimientos Rojos [4] ♥ Zanahorias Sazonadas [8] ♥ Rollo de Cena de Grano Integral [13] ♥ Pasas [29] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>600 calorías/33 g proteína</p>	<p>5/21/2024</p> <p>Tortilla de Huevo Rellana de Queso [2] Salsa Ranchera [5] Mini Rondas de Hashbrown [30] Duraznos Especiadados [31] ♥ Yogur [10] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>685 calorías/30 g proteína</p>	<p>5/22/2024</p> <p>Filete De Carne Frita Con Salsa [36] Puré de Papas [24] ♥ Chicharos de Primavera [13] ♥ Pudín [19] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>735 calorías/33 g proteína</p>	<p>5/23/2024</p> <p>Pasta italiana horneada [49] Floretes de brócoli con mantequilla de limón [9] Coliflor Sazonada [4] ♥ Plátano [26] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>625 calorías/36 g proteína</p>	<p>5/24/2024</p> <p>Picadillo [12] Arroz al Cilantro y Limón [25] ♥ Elote Asado [18] ♥ Chips de Tortilla [18] ♥ Cositas de Piña [15] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>700 calorías/30 g proteína</p>	<p>5/27/2024</p> <p>Día de Conmemoracion de Los Caidos - HEAL Dia Festivo</p> <p>Pollo Parmesano [19] encima de Pasta de Penne en Salsa Roja [47] Floretes de Brócoli con Mantequilla [5] ♥ Coliflor Sazonada [4] ♥ Duraznos Cortados en Cubitos [12] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>825 calorías/52 g proteína</p>	<p>5/28/2024</p> <p>Tamales de Res [24] sobre Arroz a la Española [23] ♥ Elote Asado a la Llama [18] ♥ Salsa Ranchera [5] Yogur [20] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>675 calorías/29 g proteína</p>	<p>5/29/2024</p> <p>Mesquite Pollo Glaseado [4] Puré de Papas [24] ♥ Mezcla de Verduras Campestre [11] ♥ Galleta [32] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>650 calorías/33 g proteína</p>	<p>5/30/2024</p> <p>Carne de Res Mongol [16] sobre Arroz Blanco Esponjoso [25] ♥ Mezcla de Verduras Las Cuatro Estaciones [12] ♥ Rollito de Primavera Vegetariano [10] Naranja [17] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>680 calorías/42 g proteína</p>	<p>5/31/2024</p> <p>Pollo en Caldillo con Bolitas de Masa [10] Elote Sazonado [18] ♥ Chicharos de Primavera [13] ♥ Bisquete de Leche Cortada [27] Rebanadas de Manzana [15] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>760 calorías/55 g proteína</p>															
<p>5/27/2024</p> <p>Día de Conmemoracion de Los Caidos - HEAL Dia Festivo</p> <p>Pollo Parmesano [19] encima de Pasta de Penne en Salsa Roja [47] Floretes de Brócoli con Mantequilla [5] ♥ Coliflor Sazonada [4] ♥ Duraznos Cortados en Cubitos [12] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>825 calorías/52 g proteína</p>	<p>5/28/2024</p> <p>Tamales de Res [24] sobre Arroz a la Española [23] ♥ Elote Asado a la Llama [18] ♥ Salsa Ranchera [5] Yogur [20] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>675 calorías/29 g proteína</p>	<p>5/29/2024</p> <p>Mesquite Pollo Glaseado [4] Puré de Papas [24] ♥ Mezcla de Verduras Campestre [11] ♥ Galleta [32] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>650 calorías/33 g proteína</p>	<p>5/30/2024</p> <p>Carne de Res Mongol [16] sobre Arroz Blanco Esponjoso [25] ♥ Mezcla de Verduras Las Cuatro Estaciones [12] ♥ Rollito de Primavera Vegetariano [10] Naranja [17] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>680 calorías/42 g proteína</p>	<p>5/31/2024</p> <p>Pollo en Caldillo con Bolitas de Masa [10] Elote Sazonado [18] ♥ Chicharos de Primavera [13] ♥ Bisquete de Leche Cortada [27] Rebanadas de Manzana [15] ♥ Leche al 1% [12] ♥</p> <p>760 calorías/55 g proteína</p>																				

Para más información llame al 210-207-7172. **Menú sujeto a disponibilidad y cambio sin previo aviso.**

Leyenda [gramos de carbohidratos]; ♥ = menos de 140 mg de sodio por porción; * = contiene nueces; **Color Intenso** = adentro de la bandeja, *Cursiva* = afuera de la bandeja
Comentarios 1. Jugo de Manzana Fortificado 120 calorías, 0 g de proteína, 28 g CHO and 25mg de sodio. 2. Para aquellos que controlan su consumo de carbohidratos, la cantidad (gramos) de carbohidratos por porción aparece al lado de cada alimento del