


225-30th Street, San Francisco, CA 94131 (415) 550-2210

Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes	Sabado
2	3	4	5	6	7
Pescado con Cilantro y Limon Arroz Espinacas Frijol Negro con Maiz Fruta Fresca	Pollo al Curry de Coco Arroz Verduras Orientales Ensalada Fruta Fresca	Carne de Res c/ Barbacoa Pure de Papa con Ajo Verduras Mixtas Ensalada Mixta Fruta Fresca	Pescado c/ Hierbas y Limon Arroz Ejotes Sopa de Lentejas Fruta Fresca	Chili Vegetariano Pan de Maiz (Tomate, Chile, Elote) Ensalada Fruta Fresca	Eleccion del Chef Jugo Fruta Fresca
9	10	11	12	13	14
Tacos de Res Frijoles Pintos Sazonados Verduras Mixtas Jugo Fruta Fresca	Bistec Salisbury con Gravy Pure de Papas Verduras Mixtas Ensalada Fruta Fresca	Pavo con Gravy Arroz Chicharos Ensalada Fruta Fresca	Pollo Estilo Baja Arroz y Frijoles Elote Mexicano Ensalada Fruta Fresca	Res con Brocoli Arroz Integral (Brocoli) Ensalada Fruta Citrica	Eleccion del Chef Jugo Fruta Fresca
16	17	18	19	20	21
Pescado Empanizado con Salsa de Tartar Arroz Pilaf Verduras Mixtas Jugo Fruta Fresca	Pescado Veracruzano Arroz Integral Brocoli/ Coliflor Ensalada Fruta Fresca	Fajitas de Pollo Frijoles Negros Chile y Cebolla Ensalada Tortilla de Harina Fruta Fresca	Puerco con Salsa de Manzana Pure de Papa dulce Bruselas Ensalada Fruta Citrica	Albondigas de Pavo con Gravy Pasta Verduras Mixtas Ensalada de Piña Fruta Fresca	Eleccion del Chef Jugo Fruta Fresca
23	24	25	26 Dia de Accion de Gracias	27	28
Pozole De Pollo Maiz Verduras Mixtas Jugo Fruta Fresca	Tortellini de Queso con Marinara (Pasta) Verduras Mixtas Italianas Ensalada Pera	Pavo con Salsa de Arandano Relleno Camote Ejotes Ensalada Tarta de Calabaza	Pavo con Salsa de Arandano Relleno Camote Chicharos Ensalada Tarta de Calabaza	Eleccion del Chef Jugo Fruta Fresca	Eleccion del Chef Jugo Fruta Fresca
30					
Mole de Pollo Arroz Mexicano Repollo y Zanahoria Jugo Fruta Fresca					
<h1>November 2020</h1>					