

Menú caliente de noviembre

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	METRO	1 METRO QUICHE LORENA CON TOCINO 4g PATATAS O'BRIEN 12g MELOCOTÓN CRUJIENTE 22g MUFFIN DE FRUTAS 16g	2 METRO POLLO PARMESANO 43g COLES DE BRUSELAS 7g MANZANAS CALIENTES CON CANELA 2 g ROLLO INTEGRAL 35g	3 BOSQUE DE VEGETALES 56g REMOLACHAS HARVARD 8g CRUJIENTE DE BAYAS MIXTAS 18 g ROLLO INTEGRAL 35g
6 CONSEJOS DE CARNE Y SALSAS 3g PURÉ DE PATATAS 17g JUDÍAS VERDES Y ZANAHORIAS 7g MELOCOTONES Y CREMA 12g GALLETA DE MANTEQUILLA 21 g	7 TALPIA ENNEGRECIDA 0g ESPINACAS SALTEADAS 3g ARROZ CON LECHE 18g MUFFIN DE PAN DE MAÍZ 30g	8 METRO PAN DE CARNE CON SALSAS 10g PURÉ DE PATATAS 17g PUDÍN DE MAÍZ 22g TOMATES GUISADOS 4g ROLLO INTEGRAL 35g	9 METRO MACARRONES CON QUESO 19g ESPINACAS SALTEADAS 3g TARTA DE AVENA 36g ROLLO INTEGRAL 35g	10 METRO ESPAGUETIS CON SALSAS DE CARNE 44g JUDÍAS VERDES Y ZANAHORIAS 7g MELOCOTÓN CRUJIENTE 22g ROLLO INTEGRAL 35g
13 QUICHE DE ESPINACAS Y PIMIENTO 20g EMPANADA DE SALCHICHA VEGETARIANA 3g MANZANAS CON CANELA 20g MUFFIN DE FRUTAS 16g	14 POLLO FRITO DEL CAMPO 28g PURÉ DE PATATAS Y SALSAS 17g MAÍZ DULCE 15g ZAPATERO DE MELOCOTÓN 26g ROLLO INTEGRAL 35g	15 LASAÑA DE CARNE 49g MEZCLA DE VERDURAS DE CALIFORNIA 1 g CERA MANZANAS CALIENTES CON CANELA 20g ROLLO INTEGRAL 35g	16 VERDURAS ALFREDO 18g HABAS Y PIMIENTOS 5 g TARTA DEL CARMELO 34g ROLLO INTEGRAL 35g	17 LOMO DE CERDO ALISADO 5g COLRAS VERDES 4g MANZANAS CALIENTES CON CANELA 20g ROLLO INTEGRAL 35g
20 METRO CERDO DESMONTADO BBQ 5g PATATAS O'BRIEN 12g TARTA DE ZANAHORIA 23 g PAN DE HAMBURGUESA 26g	21 MUSLO DE POLLO BBQ 2g COLRAS VERDES 4g PUDÍN DE PAN DE PLÁTANO 17g GALLETA DE MANTEQUILLA 21 g	22 <small>comida navideña</small> PAVO CON RELLENO/GRAVY PATATAS DULCES CALABAZA CRUJIENTE ROLLO DE GRANO INTEGRAL	23 CERRADO FELIZ ACCIÓN DE GRACIAS	24 CERRADO FELIZ ACCIÓN DE GRACIAS
27 POLLO ASADO A LAS HIERBAS 0g COLES DE BRUSELAS 7g CEREZA CRUJIENTE 19g ROLLO INTEGRAL 35g	28 ENCHILADA DE RES AL HORNO 13g ARROZ CON CILANTRO 27g ZAPATERO DE MANZANA 26g ROLLO INTEGRAL 35g	29 METRO TOSTADA FRANCESA HORNEADA 27g picadillo de rutabaga 4g ENLACES DE SALCHICHA 0g MUFFIN DE FRUTAS 16g	30 METRO PIE DE PASTOR 10g PURÉ DE PATATAS CON CHEDDAR 20g COL lombarda dulce 3g TARTA DE QUESO DE VAINILLA 16g ROLLO INTEGRAL 35g	



Si no está disponible para recibir su comida diaria, llame con anticipación para cancelar. 269-382-0515. Kalamazoo, extensión. 300. Calhoun, extensión. 350.

