

Breakfast
DCPS Breakfast ECE

zDC Central Kitchen

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
May 25 no hay clases	May 26 cereales chex de arándano gojas de naranja	May 27 chorizo de pavo chorizo vegetariano* pancito integral melón	May 28 avena con azúcar moreno gojas de naranja	May 29 waffles jarabe melón
Jun 1 cereales "rice chex" de canela manzana fresca	Jun 2 pan francés integral gojas de naranja	Jun 3 chorizo de pavo chorizo vegetariano* croissant integral melón	Jun 4 duraznos granola yogur de vainilla	Jun 5 pan de pina y zanahoria huevo duro melón
Jun 8 cereales chex de arándano manzana fresca	Jun 9 chorizo de pavo chorizo vegetariano* pancito integral gojas de naranja	Jun 10 bagel queso crema mermelada de fresa melón	Jun 11 avena con fresas gojas de naranja	Jun 12 waffles jarabe melón
Jun 15 cereales "rice chex" de canela manzana fresca	Jun 16 no hay clases	Jun 17 huevo horneado con tocino de pavo chorizo vegetariano* croissant integral gojas de naranja	Jun 18 pan francés integral melón	

Todos los granos son integrales.

Estudiantes pueden elegir entre leche desnatada o de 1% en cada comida

El menu está sujeto de cambios depende de disponibilidad

Esta institución promueve la igualdad de oportunidades

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
<p>May 25</p> <p>no hay clases</p>	<p>May 26</p> <p>cereales chex de canela cereales cereales de canela cereales "honey bunches of oats" naranja fresca</p>	<p>May 27</p> <p>huevo revuelto salsa picante pancito integral mermelada de fresa mantequilla melón</p>	<p>May 28</p> <p>avena con azúcar moreno chorizo de pavo chorizo vegetariano* naranja fresca</p>	<p>May 29</p> <p>waffles integrales mantequilla jarabe huevo revuelto melón</p>
<p>Jun 1</p> <p>cereales chex de canela cereales cereales de canela cereales "honey bunches of oats" manzana fresca</p>	<p>Jun 2</p> <p>pan francés integral huevo revuelto naranja fresca</p>	<p>Jun 3</p> <p>chorizo de pavo chorizo vegetariano* croissant integral mermelada de uva melón</p>	<p>Jun 4</p> <p>duraznos granola yogur de vainilla jugo de naranja</p>	<p>Jun 5</p> <p>pan de pina y zanahoria huevo duro salsa picante melón</p>
<p>Jun 8</p> <p>cereales chex de canela cereales cereales de canela cereales "honey bunches of oats" manzana fresca</p>	<p>Jun 9</p> <p>chorizo de pavo chorizo vegetariano* pancito integral miel naranja fresca</p>	<p>Jun 10</p> <p>bagel queso crema mermelada de uva melón</p>	<p>Jun 11</p> <p>avena con fresas chorizo de pavo chorizo vegetariano* naranja fresca</p>	<p>Jun 12</p> <p>waffles integrales mantequilla jarabe huevo revuelto melón</p>
<p>Jun 15</p> <p>cereales chex de canela cereales cereales de canela cereales "honey bunches of oats" manzana fresca</p>	<p>Jun 16</p> <p>no hay clases</p>	<p>Jun 17</p> <p>huevo horneado con tocino de pavo chorizo vegetariano* croissant integral mermelada de uva naranja fresca</p>	<p>Jun 18</p> <p>pan francés integral huevo revuelto melón</p>	

Todos los granos son integrales.

Estudiantes pueden elegir entre leche desnatada o de 1% en cada comida

El menu está sujeto de cambios depende de disponibilidad

Esta institución promueve la igualdad de oportunidades

Breakfast
DCPS DISPLAY Breakfast K-12 Grab n' Go/ BIC

Community Meals

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
May 25 no hay clases	May 26 cereales chex de canela cereales cereales de canela cereales "honey bunches of oats" naranja fresca	May 27 pancito integral mermelada de fresa mantequilla melón	May 28 croissant integral mermelada de fresa chorizo de pavo chorizo vegetariano* naranja fresca	May 29 waffles integrales mantequilla jarabe melón
Jun 1 cereales chex de canela cereales cereales de canela cereales "honey bunches of oats" manzana fresca	Jun 2 pan francés integral naranja fresca	Jun 3 chorizo de pavo chorizo vegetariano* croissant integral mermelada de uva melón	Jun 4 duraznos granola yogur de vainilla jugo de naranja	Jun 5 pan de pina y zanahoria huevo duro salsa picante melón
Jun 8 cereales chex de canela cereales cereales de canela cereales "honey bunches of oats" manzana fresca	Jun 9 chorizo de pavo chorizo vegetariano* pancito integral miel naranja fresca	Jun 10 bagel queso crema mermelada de uva melón	Jun 11 croissant integral mermelada de fresa chorizo de pavo chorizo vegetariano* naranja fresca	Jun 12 waffles integrales mantequilla jarabe melón
Jun 15 cereales chex de canela cereales cereales de canela cereales "honey bunches of oats" manzana fresca	Jun 16 no hay clases	Jun 17 huevo horneado con tocino de pavo chorizo vegetariano* croissant integral mermelada de uva naranja fresca	Jun 18 pan francés integral melón	

Todos los granos son integrales.

Estudiantes pueden elegir entre leche desnatada o de 1% en cada comida

El menu está sujeto de cambios depende de disponibilidad

Esta institución promueve la igualdad de oportunidades

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
<p>May 25</p> <p>no hay clases</p>	<p>May 26</p> <p>hamburguesa en pan integral hamburguesa vegetariana* kétchup mostaza papas rojas rostizadas manzana fresca</p>	<p>May 27</p> <p>pollo rostizado nuggets vegetarianos* pan de maíz calabaza rostizado con canela gojas de naranja</p>	<p>May 28</p> <p>albóndigas de pavo con salsa de tomate salsa boloñesa de lentejas* pasta rotini integral brócoli rostizado manzana fresca</p>	<p>May 29</p> <p>pescado "frito" al horno frijoles rojos* arroz amarillo ejotes verdes al vapor melón</p>
<p>Jun 1</p> <p>carne de taco frijoles negros* salsa de queso totopos de maíz elote con chili y limón durazno enlatado</p>	<p>Jun 2</p> <p>sándwich de pollo barbacoa hamburguesa vegetariana* alubias carillas* manzana fresca</p>	<p>Jun 3</p> <p>pizza con pepperoni pizza de queso* ejotes verdes al vapor fresas</p>	<p>Jun 4</p> <p>pollo rostizado nuggets vegetarianos* pasta con salsa alfredo calabaza asada con hierbas pera enlatada</p>	<p>Jun 5</p> <p>pollo con salsa de naranja tofu con salsa de naranja* arroz integral guisantes melón</p>
<p>Jun 8</p> <p>sándwich de pescado crujiente hamburguesa vegetariana* elote al vapor durazno enlatado</p>	<p>Jun 9</p> <p>pollo rostizado nuggets vegetarianos* pan de maíz ejotes verdes al vapor manzana fresca</p>	<p>Jun 10</p> <p>sándwich de pavo y queso sándwich de queso tostado* camote gojas de naranja</p>	<p>Jun 11</p> <p>perro caliente cortado a lo largo hamburguesa vegetariana* elote al vapor kétchup mostaza sandía fresca</p>	<p>Jun 12</p> <p>pollo crujiente picado frijoles barbacoa* macarrones con queso col verde melón</p>
<p>Jun 15</p> <p>carne de taco frijoles pintos con chipotle* queso cheddar tortilla elote al vapor durazno enlatado</p>	<p>Jun 16</p> <p>no hay clases</p>	<p>Jun 17</p> <p>pizza de queso* ejotes verdes al vapor manzana fresca</p>	<p>Jun 18</p> <p>pollo crujiente picado nuggets vegetarianos* waffles camote con chile y cebolla jarabe gojas de naranja</p>	

Monday

May 25

no hay clases

Tuesday

May 26

hamburguesa en pan
integral
hamburguesa vegetariana*
kétchup
mostaza
papas rojas rostizadas
ejotes verdes al vapor
manzana fresca

Wednesday

May 27

pierna de pollo con miel
picante
nuggets vegetarianos con
miel picante*
pan de maíz
calabaza rostizado con
canela
calabaza de verano asada
gojas de naranja

Thursday

May 28

albóndigas de pavo con
salsa de tomate
salsa boloñesa
de lentejas*
pasta rotini integral
pan de ajo
brócoli rostizado
pera fresca

Friday

May 29

pescado "frito" al horno
frijoles rojos*
salsa picante
arroz amarillo
elote al vapor
repollo salteado
melón

Jun 1

carne de taco
frijoles negros*
salsa de queso
crema agria
totopos de maíz
salsa de tomate rostizado
elote con chili y limón
uvas frescas

Jun 2

sándwich de pollo
barbacoa
hamburguesa vegetariana*
alubias carillas*
ensalada de repollo
manzana fresca

Jun 3

pizza con pepperoni
pizza de queso*
ensalada verde
pepino
aderezo balsámico
fresas

Jun 4

pollo rostizado
nuggets vegetarianos*
pasta con
salsa alfredo
bollo de pan
brócoli rostizado
calabaza asada con
hierbas
pera fresca

Jun 5

pollo con salsa
de naranja
tofu con salsa de
naranja*
arroz integral
zanahoria al vapor
guisantes
melón

Jun 8

sándwich de
pescado crujiente
hamburguesa vegetariana*
salsa picante
mayonesa
guisantes
curtido con cilantro
y limón
uvas frescas

Jun 9

pierna de pollo rostizado
hierbas
nuggets vegetarianos*
pan de maíz
pure de calabaza
ejotes verdes al vapor
manzana fresca

Jun 10

sándwich de pavo y queso
sándwich de
queso tostado*
brócoli rostizado
camote
kétchup
gojas de naranja

Jun 11

perro caliente
hamburguesa vegetariana*
elote al vapor
papas rojas rostizadas
kétchup
mostaza
sandía fresca

Jun 12

pollo "frito" al horno
frijoles barbacoa*
macarrones con queso
zanahorias glaseadas
col verde
melón

Monday

Jun 15

carne de taco
queso cheddar
tortilla
frijoles pintos con
chipotle*
salsa de tomate rostizado
lechuga
uvas frescas

Tuesday

Jun 16

no hay clases

Wednesday

Jun 17

pizza de queso*
ensalada verde
aderezo italiano
pepino
manzana fresca

Thursday

Jun 18

pollo "frito" al horno
nuggets vegetarianos*
waffles integrales
col verde
camote con chile y
cebolla
salsa picante
jarabe
gojas de naranja

Friday

Todos los granos son integrales.

Estudiantes pueden elegir entre leche desnatada o de 1% en cada comida

El menu está sujeto de cambios depende de disponibilidad

Esta institución promueve la igualdad de oportunidades

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
<p>May 25</p> <p>no hay clases</p>	<p>May 26</p> <p>hamburguesa en pan integral hamburguesa vegetariana* lechuga y tomate kétchup mostaza papas rojas rostizadas ensalada de pepino manzana fresca</p>	<p>May 27</p> <p>pierna de pollo con miel picante nuggets vegetarianos con miel picante* pan de maíz calabaza rostizado con canela calabaza de verano asada naranja fresca</p>	<p>May 28</p> <p>albóndigas de pavo con salsa de tomate salsa boloñesa de lentejas* pasta rotini integral pan de ajo zanahoria al vapor brócoli rostizado pera fresca</p>	<p>May 29</p> <p>pescado "frito" al horno salsa picante frijoles rojos* arroz amarillo elote al vapor repollo salteado melón</p>
<p>Jun 1</p> <p>carne de taco frijoles negros* salsa de queso crema agria totopos de maíz salsa de tomate rostizado elote con chili y limón uvas frescas</p>	<p>Jun 2</p> <p>sándwich de pollo barbacoa hamburguesa vegetariana* alubias carillas* ensalada de repollo manzana fresca</p>	<p>Jun 3</p> <p>pizza con pepperoni pizza de queso* ensalada verde pepino aderezo balsámico fresas manzana fresca</p>	<p>Jun 4</p> <p>pollo rostizado nuggets vegetarianos* pasta con salsa alfredo bollo de pan brócoli rostizado calabaza asada con hierbas pera fresca</p>	<p>Jun 5</p> <p>pollo con salsa de naranja tofu con salsa de naranja* arroz integral zanahoria al vapor guisantes melón</p>
<p>Jun 8</p> <p>sándwich de pescado crujiente hamburguesa vegetariana* salsa picante guisantes curtido con cilantro y limón uvas frescas</p>	<p>Jun 9</p> <p>pierna de pollo rostizado hierbas nuggets vegetarianos* pan de maíz pure de calabaza ejotes verdes al vapor manzana fresca</p>	<p>Jun 10</p> <p>sándwich de pavo y queso sándwich de queso tostado* brócoli rostizado camote kétchup naranja fresca</p>	<p>Jun 11</p> <p>perro caliente hamburguesa vegetariana* elote al vapor papas rojas rostizadas kétchup mostaza sandía fresca</p>	<p>Jun 12</p> <p>pollo "frito" al horno frijoles barbacoa* macarrones con queso bollo de pan zanahorias glaseadas col verde melón</p>
<p>Jun 15</p> <p>carne de taco queso con cheddar tortilla frijoles pintos con chipotle* salsa de tomate rostizado lechuga uvas frescas</p>	<p>Jun 16</p> <p>no hay clases</p>	<p>Jun 17</p> <p>pizza de queso* ensalada verde aderezo italiano pepino manzana fresca</p>	<p>Jun 18</p> <p>pollo "frito" al horno nuggets vegetarianos* waffles integrales col verde camote con chile y cebolla salsa picante jarabe naranja fresca</p>	<p>Jun 19</p> <p>no hay clases</p>

Supper
DCPS Supper

zDC Central Kitchen

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
May 25 no hay clases	May 26 sándwich de jamón de pavo y queso mostaza mayonesa zanahoria bebe aderezo ranch melón	May 27 pan plano integral queso mozzarella salsa de tomate casero pera fresca	May 28 pollo rostizado ensalada verde pepino aderezo de soya y limón galletas de canela uvas frescas	May 29 sándwich de ensalada de pollo arvejas frescas manzana fresca
Jun 1 sándwich de mantequilla de girasol y mermelada humus zanahoria bebe gojas de naranja	Jun 2 jamón de pavo, queso, y pan plano brócoli fresco aderezo italiano melón	Jun 3 wrap de pollo picante apio fresco aderezo ranch pera fresca	Jun 4 ensalada verde jámón de pavo queso cheddar pepino aderezo de mostaza y miel SunChips integral uvas frescas	Jun 5 ensalada de atún galletas de trigo pepino manzana fresca
Jun 8 totopos de maíz Black Bean & Corn Salsa palito de queso gojas de naranja	Jun 9 pan plano integral queso mozzarella salsa de tomate casero melón	Jun 10 pollo rostizado ensalada verde pepino aderezo de soya y limón galletas de canela pera fresca	Jun 11 sándwich de ensalada de pollo zanahoria bebe aderezo ranch uvas frescas	Jun 12 sándwich de jamón de pavo y queso mostaza mayonesa brócoli fresco aderezo italiano manzana fresca
Jun 15 sándwich de mantequilla de girasol y mermelada humus pepino gojas de naranja	Jun 16 no hay clases	Jun 17 wrap de pollo dulce y picante ensalada de col rizada melón	Jun 18 jamón de pavo, queso, y pan plano zanahoria bebe aderezo ranch pera fresca	

Snack
Snack

Community Meals

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
May 25 pretzel palito de queso	May 26 humus SunChips integral	May 27 galletas de canela yogur	May 28 mandarina fresca palito de queso	May 29 manzana fresca galletas de queso
Jun 1 galletas de trigo palito de queso	Jun 2 galletas de arandano y limon yogur	Jun 3 galletas de canela manzana fresca	Jun 4 palito de queso pretzel	Jun 5 galletas de queso mandarina fresca
Jun 8 pretzel palito de queso	Jun 9 humus SunChips integral	Jun 10 galletas de canela yogur	Jun 11 mandarina fresca palito de queso	Jun 12 manzana fresca galletas de queso
Jun 15 galletas de trigo palito de queso	Jun 16 galletas de arandano y limon yogur	Jun 17 galletas de canela manzana fresca	Jun 18 palito de queso pretzel	

Todos los granos son integrales.

Estudiantes pueden elegir entre leche desnatada o de 1% en cada comida

El menu está sujeto de cambios depende de disponibilidad

Esta institución promueve la igualdad de oportunidades



El Menú de Almuerzo de Junio para el Bar de Fusión

ESCUELAS PÚBLICAS | 9-12

Todos los granos son integrales.

Estudiantes pueden elegir entre leche desnatada o de 1% en cada comida
El menu está sujeto de cambios depende de disponibilidad

Esta institución promueve la igualdad de oportunidades

Se produce fruta fresca para almuerzo diario.
Lunes - uvas; Martes - manzana; Miercoles - naranja;
Jueves - pera; Viernes - cantalupo

5/26 - 5/29 BOL DE PASTA

- + elige su base**
 - rotini integral
- + elige su proteína**
 - pollo asado con hierbas
 - garbanzos
- + elige sus cubiertas**
 - brócoli al vapor
 - pimientos rojos asados
 - patatas rojas asadas
 - espinaca salteada
 - queso parmesano
 - queso mozzarella
- + añade su salsa**
 - salsa de tomate
 - salsa alfredo

6/01 - 6/05 BOL FAJITA

- + elige su base**
 - arroz integral con cilantro y limón
 - tortilla integral
- + elige su proteína**
 - pollo con comino y lima
 - frijoles negros
- + elige sus cubiertas**
 - Pimientos y cebollas salteados
 - Lechuga rallada
 - Maíz para tacos estilo suroeste
 - salsa de tomate
 - queso cheddar rallado
- + añade su aderezo**
 - cebolla crema agria

6/08 - 6/12 BOL INDIO

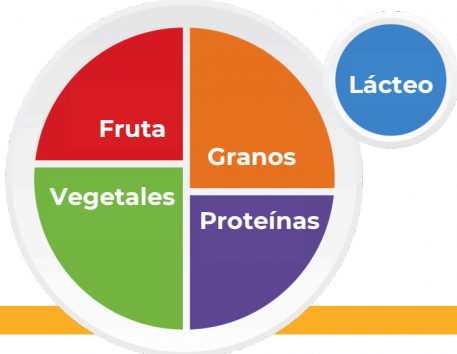
- + elige su base**
 - arroz basmati integral
- + elige su proteína**
 - pollo al curry
 - garbanzos al curry
- + elige sus cubiertas**
 - patata samosa
 - zanahorias asadas
 - repollo salteado
 - espinaca
- + añade su aderezo**
 - aderezo de yogur y lima

6/15 - 6/18 BOL TACO

- +elige tu base**
 - arroz de cilantro y limon
 - chips de maíz
- +elige tu proteína**
 - pollo al comino y limon
 - queso cheddar
 - frijoles negros
- +elige tus ingredientes**
 - lechuga romana rallada
 - salsa de tomate
 - pimientos y cebollas salteados
 - maíz

CREANDO COMIDA EQUILIBRIADA

Para comida equilibrada, se recomienda a menos tres de los cinco grupos alimenticios desde su plato!





El Menú de Almuerzo de Junio para el Bar de Ensalada

ESCUELAS PÚBLICAS | 9-12

Todos los granos son integrales.

Estudiantes pueden elegir entre leche desnatada o de 1% en cada comida

El menu está sujeto de cambios depende de disponibilidad

Esta institución promueve la igualdad de oportunidades

Se produce fruta fresca para almuerzo diario.

Lunes - uvas; Martes - manzana; Miércoles - naranja;

Jueves - pera; Viernes - cantalupo

5/26 - 5/29 ENSALADA CHEF

- + **elige su base**
 - ensalada verduras de hoja
- + **elige su proteína**
 - pollo asado con hierbas
 - jamón de pavo cortado
 - huevo duro
- + **elige sus cubiertas**
 - garbanzos
 - tomates
 - pepinos cortados
 - maíz
 - queso cheddar
 - picatostes integral
 - pan integral

- + **añade su aderezo**
 - aderezo de mostaza y miel

6/01 - 6/05 POLLO BARBACOA

- + **elige su base**
 - lechuga romana
- + **elige su proteína**
 - pollo barbacoa
 - garbanzos
- + **elige sus cubiertas**
 - cebolla roja
 - palitos de pimiento rojo
 - maíz
 - queso cheddar
 - picatostes integrales
 - pan integral
- + **añade su aderezo**
 - aderezo de mostaza y miel

6/08 - 6/12 TACO SUROESTE

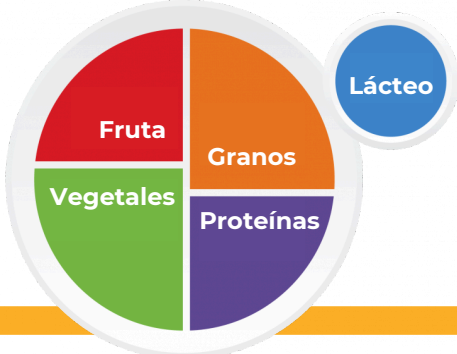
- + **pick your base**
 - romaine lettuce
- + **pick your protein**
 - cumin lime chicken
 - black beans
- + **pick your toppings**
 - cherry tomatoes
 - corn
 - red onion
 - shredded cheddar cheese
 - corn tortilla chips
 - whole grain roll
- + **add your dressing**
 - honey lime dressing

6/15 - 6/18 POLLO CALIENTE

- + **elige su base**
 - lechuga romana
- + **elige su proteína**
 - pollo con miel caliente
 - pollo asado con hierbas
- + **elige sus cubiertas**
 - frijoles
 - maíz
 - zanahorias
 - pepino
 - mozzarella rallada
 - pan integral
 - picatostes integrales
- + **añade su aderezo**
 - aderezo ranchero

CREANDO COMIDA EQUILIBRIADA

Para comida equilibrada, se recomienda a menos tres de los cinco grupos alimenticios desde su plato!





El Menú de Almuerzo de Junio para el Bar de Ensalada

ESCUELAS PÚBLICAS | 6-8

Todos los granos son integrales.

Estudiantes pueden elegir entre leche desnatada o de 1% en cada comida

El menu está sujeto de cambios depende de disponibilidad

Esta institución promueve la igualdad de oportunidades

Se produce fruta fresca para almuerzo diario.

Lunes - uvas; Martes - manzana; Miércoles - naranja;

Jueves - pera; Viernes - cantalupo

5/26 - 5/29 ENSALADA CHEF

- + elige su base**
 - ensalada verduras de hoja
- + elige su proteína**
 - pollo asado con hierbas
 - jamón de pavo cortado
 - huevo duro
- + elige sus cubiertas**
 - garbanzos
 - tomates
 - pepinos cortados
 - maíz
 - queso cheddar
 - picatostes integral
 - pan integral

- + añade su aderezo**
 - aderezo de mostaza y miel

6/01 - 6/05 POLLO BARBACOA

- + elige su base**
 - lechuga romana
- + elige su proteína**
 - pollo barbacoa
 - garbanzos
- + elige sus cubiertas**
 - cebolla roja
 - palitos de pimiento rojo
 - maíz
 - queso cheddar
 - picatostes integrales
 - pan integral
- + añade su aderezo**
 - aderezo de mostaza y miel

6/08 - 6/12 TACO SUROESTE

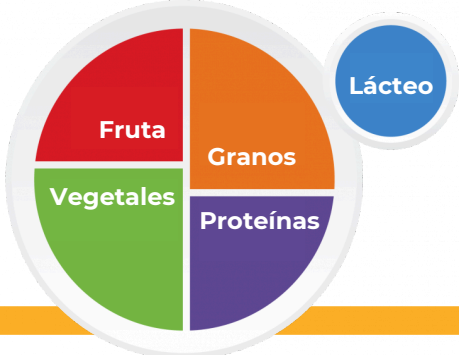
- + pick your base**
 - romaine lettuce
- +pick your protein**
 - cumin lime chicken
 - black beans
- +pick your toppings**
 - cherry tomatoes
 - corn
 - red onion
 - shredded cheddar cheese
 - corn tortilla chips
 - whole grain roll
- +add your dressing**
 - honey lime dressing

6/15 - 6/18 POLLO CALIENTE

- + elige su base**
 - lechuga romana
- + elige su proteína**
 - pollo con miel caliente
 - pollo asado con hierbas
- + elige sus cubiertas**
 - frijoles
 - maíz
 - zanahorias
 - pepino
 - mozzarella rallada
 - pan integral
 - picatostes integrales
- + añade su aderezo**
 - aderezo ranchero

CREANDO COMIDA EQUILIBRIADA

Para comida equilibrada, se recomienda a menos tres de los cinco grupos alimenticios desde su plato!





El Menú de Almuerzo de Junio para el Bar de Sándwiches

ESCUELAS PÚBLICAS | 9-12

Todos los granos son integrales.

Estudiantes pueden elegir entre leche desnatada o de 1% en cada comida

El menu está sujeto de cambios depende de disponibilidad

Esta institución promueve la igualdad de oportunidades

Se produce fruta fresca para almuerzo diario.

Lunes - uvas; Martes - manzana; Miércoles - naranja;

Jueves - pera; Viernes - cantalupo

5/26 - 5/29 SÁNDWICH QUESO FUNDIDO

- queso fundido
- pan integral
 - queso cheddar

6/01 - 6/05 SÁNDWICH CLUB CON PAVO

- sándwich club de pavo
- sándwich submarino integral
 - pavo rebanado
 - tocino de pavo
 - lechuga y tomate
 - mayonesa

6/08- 6/12 HAMBURGUESA CON QUESO

- hamburguesa con queso
- pan integral
 - hamburguesa de carne de res
 - queso cheddar
 - lechuga y tomate
 - ketchup y mostaza

6/15 - 6/18 SANDWICH DE AIBONDIGAS

- ándwich de albóndigas
- albóndigas
 - sándwich submarino integral
 - salsa de tomate
 - queso provolone

CREANDO COMIDA EQUILIBRIADA

Para comida equilibrada, se recomienda a menos tres de los cinco grupos alimenticios desde su plato!

