



Chatsworth Elementary

Escuela noviembre

EnSaladas: Mon – chef, mar – ensalada de atún, Mié – WG pollo con ensalada, jueves – verduras baja ensalada, Vie – pollo César todo servido w. pan & Fruit

Precios de almuerzo...

\$2.80 – estudiantes/\$ 3.75 + Tax-adultos

Reducido = libre – FRLP * participantes

El almuerzo incluye:

Proteína, pan/grano, verdura, fruta y opción del blanco sin grasa, del chocolate o del blanco del 1% (8 onzas).

Pagar las comidas de la escuela.

MySchoolBucks.com

Más información...

Si tiene alguna pregunta, por favor comuníquese con Sandra RENKEN, Directora de servicios alimenticios al (914) 220-3038 * programa de almuerzo gratis o reducido. Para solicitarlo, visite mamkschools.org/Parents-Community/Food-Services.

Si su hijo tiene alergia a los alimentos, por favor comuníquese con la enfermera de la escuela.

Independientemente del tamaño de la porción, el FSMC es responsable de cumplir con todos los requisitos bajo las normas de nutrición de la regla final en los programas nacionales de almuerzo escolar y desayuno escolar. Esto incluye calorías Min-Max, grasas saturadas, sodio, ofertas de componentes específicos para todas las frutas, hortalizas, cereales, carne y carnes alternativas y leche.



This institution is an equal opportunity provider.

Ofertas diarias de almuerzo:
Ensalada de lado-1 taza de verde oscuro, frondosos cubiertos w/producto estacional
Frutas y hortalizas-una variedad de frutas y hortalizas frescas en 1/2 porciones de taza
Spread de semillas de girasol y gelatina de uva en pan WG
Sándwich de queso americano en pan WG
Parfait de yogur: yogur natural con granola y fruta
Sándwiches: Mon – pollo empanado, mar – Turquía & AM, Wed – Bologna & AM Jue – Ham & Swiss, Fri – SW Turquía Wrap. Todo servido con apio + zanahorias y fruta fresca ** las estaciones de agua están disponibles con todas las comidas *** WG = grano entero

1 Pollo parmesano
Wedge
frío rotini pasta
ensalada
cocido al vapor
frijol
fruta fresca

2 Burger bonanza...
Hamburguesa de ternera o Patty vegetariana en rollo de grano entero
Ensalada de lechuga y tomate en rodajas
Cúñas de patata

5 Tazón de alitas de pollo deshuesado con puré de patatas, maíz al vapor y reMatado con queso cheddar
Frijoles verdes al vapor
Fruta fresca

6 Escuela cerrada en observancia de



7 Villa Maria pizza
WG desmigajados
Zanahorias ABY
Manzanas



8 Tacos de pollo blandos (2) con lechuga y queso
Arroz especiado mexicano
Frijoles negros charros
Maíz cocido al vapor
Ensalada de fruta fresca

9 Hamburguesa con queso pastel
Patatas asadas al horno
Ensalada de espinacas
Zanahorias al vapor
Uvas

12 Escuela cerrada



Honrando a nuestros

13 Taco martes: tacos crujientes c/carne de res o verduras servidas con queso 1oz y salsa cilantro arroz moreno
Fogata frijoles pinto
Ensalada de fruta

14 Villa Maria pizza
WG desmigajados
Zanahorias ABY
Manzanas



15 Cena de acción de gracias
Pavo asado puré de patatas w. salsa
Frijoles verdes al vapor
Crujiente de manzana

16 Albóndiga sub con queso parmesano
Ensalada de pepino y tomate
Uvas

19 Tazón de arroz de Lil ' Italia
WG cubos de pollo servidos con arroz italiano y salsa marinara
Ensalada de espinacas
Plátano

20 Tostitos scoops servido con carne de taco de pollo condimentada con queso 2oz
Ensalada de frijoles negros marinados
Ensalada de frutas de



26 Pollo Dipp'in
WG pollo liCitaciones
elección de salsas
horno fritos horneados
Ensalada de espinacas
Plátano

27 Nachos de ternera con patatas fritas y salsa de queso
Arroz amarillo
Pateando frijoles
Naranjas

28 Villa Maria pizza
WG desmigajados
Zanahorias ABY
Manzanas



29 Brunch
Maple Chicken & Waffle sandwich de brócoli al vapor
Ensalada de fruta fresca

30 Tour por Italia:
Pasta integral con salsa de carne tradicional
WG desmigajados
Coliflor asada
Uvas