Menú del mediodía de la escuela elemental central

Diciembre, 2018

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.

Regardless of portion size, the FSMC is responsible for meeting all requirements under the Final Rule Nutrition Standards in the National School Lunch and School Breakfast Programs. This includes Min-Max calories, Saturated Fat, Sodium, specific component offers for all fruits, vegetables, grains, meat/meat alternates and milk.

aramark

This institution is an equal opportunity provider.

3 Pollo lunes asado de pollo en una arruga de pan patatas fritas Brócoli al vapor fruta fresca	**4** Día de Nacho Nachos de ternera con patatas fritas y salsa de queso Arroz amarillo Pateando frijoles Naranjas	**5** Despido temprano para conferencias de maestros ¡ no olvides pedir tu almuerzo en bolsas!	**6** Palitos de pan de queso con salsa marinara pepinos en rodajas Maíz condimentado Fruta fresca	**7** Hamburguesa con queso pastel Patatas asadas al horno Ensalada de espinacas Zanahorias al vapor Uvas
10 WG empanado de pollo parmesano sobre el WG Pastai con salsa de brócoli al vapor fruta fresca	**11** Tacos de pollo blandos (2) con lechuga y queso Arroz especiado mexicano Frijoles negros charros Maíz cocido al vapor Ensalada de fruta fresca	**12** Despido temprano para conferencias de maestros ¡ no olvides pedir tu almuerzo en bolsas!	**13** Villa Maria pizza WG desmigajados Zanahorias frescas en el ABY rodajas de manzana 	**14** Burger bonanza... Hamburguesa de ternera o Patty vegetariana en rollo de grano entero Ensalada de lechuga y tomate en rodajas Patatas fritas al horno Uvas
17 Lunes de pollo WG Chicken tenders servido con arroz con hierbas Brócoli al vapor Fruta fresca	**18** 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 fresca	**19** Miércoles de bienestar WG tres quesos y macarrones con queso Ensalada de espinacas Monedas de zanahoria Cortes de melón	**20** Todo el queso americano a la brasa Servido con frijoles horneados vegetarianos Maíz condimentado Fruta fresca	**21** Hamburguesa del BBQ del patio trasero: Hamburguesa de ternera o Veggie con queso americano y papas Curly en tiras frescas de pimientos de campana Ensalada de jardín Rodajas de manzana
24 	**25** 	**26** 	**27** 	**28**

Sándwiches: Mon – pollo empanado, mar – Turquía & AM, Mié
, Jue – Ham & Swiss, Fri – SW Turquía Wrap. Todo servido con apio + zanahorias y

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

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
*** * las estaciones de agua están disponibles con todas las comidas * ***
*** WG = grano entero**