

# NOVIEMBRE

Qué es una comida de almuerzo:  
Hay 5 componentes para el almuerzo: Grano - Carne/Carne Suplente - Fruta - Vegetal - Leche El estudiante puede elegir al menos 3 y 1 debe ser una 1/2 taza de fruta o 1/2 verdura. Elija los 5 para una comida nutritiva.



## State Road MENÚ DE ALMUERZO 2023

Almuerzo \$2.75 (4-8)

Almuerzo \$3.25 (9-12)

AVON GROVE CHARTER SCHOOL

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Para hacer un prepagó a la cuenta de almuerzo de su hijo, envíe un cheque o efectivo con el nombre del maestro y del estudiante. Si está escribiendo un cheque, por favor hágalo a nombre de "AGCS". Pagos en línea en Schoolcafe.com Solicite comidas gratuitas / a precio reducido en [www.schoolcafe.com](http://www.schoolcafe.com)

La selección diaria de leche incluye: 1 %Blanco Chocolate sin grasa Fresa sin grasa

**1**  
Bolitas maíz enpanizadas  
Pierogies  
Yogur/Queso/Cinni Swirl  
Wrap de pollo

Lechuga y tomate, Frijoles horneados, Rodajas de manzana, Jugo de frutas Selección diaria de leche

**2**  
Croissant caliente de jamón y queso  
Stromboli con marinara  
Pavo/Queso/Galletas  
Ensalada de la huerta con panecillo

Ensalada de brócoli, Rodajas de pepino, Gajos de naranja, Pasas agrias Selección diaria de leche

**3**  
Palitos de queso con marinara  
Pavo/Queso/Galletas  
Yogurt/palo de queso/Cinni Swirl  
Pan con mani y mermelada

Lechuga y tomate, Jugo de verduras, Plátano, Uvas Selección diaria de leche

**6**  
Macarrones con queso y un pan  
Sándwich de costillas B Que  
Yogur/Queso/Mini Cinnis  
Pan con jamón y queso

Zanahorias baby, Papas fritas Smile, Gajos de naranja, Jugo de frutas Selección diaria de leche

**7**  
**NO ESCUELA**

**8**  
Pollo Alfredo con un panecillo  
Palitos de mozzarella con marinara  
Yogur/Queso/Mini Cinnis  
Wrap de pollo

Apio, Brócoli Al Vapor, Uvas, Jugo De Frutas Selección Diaria De Leche

**7**  
Pizza de pollo búfalo  
Albóndigas de pollo y verduras con salsa y arroz  
Yogur/Queso/Mini Cinnis  
Ensalada de la huerta con panecillo

Lechuga y tomate, Garbanzos asados Rodajas de manzana, Jugo de frutas Selección diaria de leche

**10**  
Stromboli con salsa marinara  
Pavo/Queso/Galletas  
Yogur/Queso/Cinni Swirl  
Pan con mani y mermelada

Maíz al vapor, Coliflor fresca Plátano, Uvas Selección diaria de leche

**13**  
Nugget de pollo en forma de pavo con Pretzel  
Sándwich de bistec con queso  
Yogur/Queso/Mini Cinnis  
Pan con jamón y queso

Pimientos y cebollas, Lechuga y tomates Manzana entera, Jugo de frutas Selección diaria de leche

**14**  
Rollo de lasaña con tostada de ajo  
Tostada francesa con salchicha  
Pan con mani y mermelada  
Ensalada de la huerta con panecillo

Papas fritas, Jugo de verduras Taza de frutas mixtas, Puré de manzana Selección diaria de leche

**15**  
Taco de carne de res  
Raviolis de queso y pan de ajo  
Yogur/Queso/Mini Cinnis.  
Wrap de pollo

Fiesta Frijoles Negros, Lechuga y tomate Gajos de Naranja, Jugo de Frutas Selección diaria de leche

**16**  
Sándwich de albóndigas  
Pechuga de pollo y muslo con galleta  
Pavo/Queso/Galleta  
Ensalada de la huerta con panecillo

Puré De Papas, Ensalada De Brócoli, Rodajas De Manzana, Pasas Agrias Selección Diaria De Leche

**17**  
\*Tazón de pavo, salsa y puré de papas\*  
Pavo/Queso/Galleta  
Yogur/Queso/Cinni Swirl  
Pan con mani y mermelada

Ejotes, Zanahorias pequeñas Plátano, Uvas Selección Diaria de Leches

**20**  
**1/2 DÍA SIN ALMUERZOS**

**21**  
**1/2 DÍA SIN ALMUERZOS**



**22**  
**HAPPY Thanksgiving**



**27**  
Pan con Pollo Empanizada  
Tortellini De Queso Con Salsa De Carne  
Yogurt/Queso/Mini Cinni  
Pan con jamón y queso

Maíz al vapor, Coliflor fresca Gajos de naranja, Jugo de frutas Selección diaria de leche

**28**  
Quesadilla de pollo  
Salchicha, huevo y queso sobre muffin inglés  
Pan con mani y mermelada

Ejotes al vapor, Palitos de apio Salsa de manzana, Pasas agrias, Selección diaria de leche

**29**  
Sándwich de queso a la Parrilla  
Hot Dog en Rollo  
Yogur/Queso/Mini Cinni  
Wrap de pollo

Sopa De Tomate, Frijoles Horneados Mandarina Taza, Jugo De Frutas Selección Diaria De Leche

**30**  
Hamburguesa/  
Hamburguesa con queso  
Tortilla de huevo con queso y panqueques  
Pavo/Queso/Galleta  
Ensalada de la huerta con panecillo

Zanahorias al vapor, Floretes de brócoli, Rodajas de manzana, Jugo de frutas Selección diaria de leche



# NOVIEMBRE

El desayuno es gratis por el resto del año escolar 2022-2023!

T H A N K F U L



## State Road MENÚ DE DESAYUNO 2023

AVON GROVE CHARTER SCHOOL

LUNES

Yogur de Muffin

Jugo de Frutas  
Clementina  
Selección Diaria de Leches

MARTES

Yogur de Tarta Pop  
Pan de Banana

Jugo de Frutas  
Pasas Agrias  
Selección Diaria de Leches

MIÉRCOLES

Yogur de barra de  
Cereales

Jugo de Frutas  
Pasas  
Selección Diaria de Leche

JUEVES

Pastel de embudo

Jugo de Frutas  
Rodajas de Manzana  
Selección Diaria de Leche

VIERNES

Donut Integral  
La Rosquilla

Jugo de Fruta  
Plátano  
Selección Diaria de Leche

El estudiante puede elegir al menos 3 artículos y 1 debe ser 1/2 taza de fruta o Zumo de fruta. Elija todos los elementos para un desayuno nutritivo

