

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

**MIÉRCOLES** 

Almuerzo \$2.75 (4-8)

Almuerzo \$2.75 (4-8) Almuerzo \$3.25 (9-12) LUNES

## **MARTES**

Para hacer un prepago 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

Taco de carne de res
Palitos de pescado con un
pan
Yogur/Queso/Mini Cinnis.
Pan con mani y mermelada

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

## **JUEVES**

Hamburguesa/
Hamburguesa con queso
Tortilla de huevo con queso y
panqueques
Huevo duro, queso cortado en

cubitos, manzanas, pb, pan de plátano Ensalada de la huerta con panecillo

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

### VIERNES

PIZZA

**Prima's Pizza** 

Pavo/Queso/Galleta Yogur/Queso/Cinni Swirl Wrap de pollo

Rodajas <mark>de pepino, Zanahorias pequeñas</mark> Plátano, Uvas Selección Diaria de Leches

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

# CINCO DE MAYO

Tamal de pollo y queso Empanada de pollo Yogur/Queso/Cinni Swirl Pan con jamón y queso

\*\*Churros de canela\*\*
Ejotes, Zanahorias pequeñas
Manzana entera
Jugo de frutas
Selección diaria de leche

180

Sándwich de pollo a la parilla BBO.

Patata al horno con galleta Pan con mani y mermelada Pan con jamón y queso

Maíz al vapor, jugo de vegetales, duraznos en cubitos, peras en cubitos Selección diaria de leche Bolitas maíz enpanizadas Rollito de primavera de pollo con arroz
Yogur/Queso/Cinni Swirl
Pan con mani y mermelada

Lechuga y tomate, Frijoles horneados, Rodajas de manzana, Jugo de frutas Selección diaria de leche Pierogies
Pechuga de pollo y muslo con
galleta
jamón cortado en cubitos,
queso, pretzel suave, uvas
Ensalada de la huerta con
panecillo

Puré De Papas, Ensalada De Brócoli, Rodajas De Manzana, Pasas Agrias Selección Diaria De Leche Palitos de queso con marinara
Pavo/Queso/Galletas
Yogurt/palo de queso/Cinni
Swirl
Wrap de pollo

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

Macarrones con queso y un un pan 13 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 Pollo picante con arroz 14 Raviolis de queso y pan de ajo

Pan con mani y mermelada Ensalada de la huerta con panecillo

> Ejotes, Jugo de verduras Taza de mandarina, Pasas agrias Selección diaria de leche

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 Pizza de pollo búfalo Albóndigas de pollo y verduras con salsa y arroz huevo duro, queso cortado en cubitos, manzanas, pb, pan de plátano Ensalada de la huerta con panecillo

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

Sándwich de bistec con 20 queso Palitos de queso canela y

arce Yogur/Queso/Mini Cinnis Pan con jamón y queso

Pimientos y cebollas, Lechuga y tomates Manzana entera, Jugo de frutas Selección diaria de leche 21
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 Patatas augratin con 22 crumbles de carne
Perro caliente en Rollo
Yogur/Queso/Mini Cinni
Wrap de pollo

Sopa De Tomate, Frijoles Horneados Mandarina Taza, Jugo De Frutas Selección Diaria De Leche Jamón caliente y queso sobre rollo de pretzel 23 Raviolis empanizados Jamón cortado en cubitos, queso, pretzel suave, uvas Ensalada de la huerta con panecillo

Ensalada de brócoli, Rodajas de pepino Gajos de naranja, Pasas agrias Selección diaria de leche Calzone de pepperoni y queso.
Pavo/Queso/Galleta
Yogur/Queso/Cinni Swirl
Pan con mani y mermelada

Ejotes, Zanahorias pequeñas Plátano, Uvas Selección Diaria de Leches



Quesadilla de pollo 28
Salchicha, huevo y queso sobre muffin inglés
Pan con mani y mermelada Ensalada de la huerta con panecillo

Ejotes al vapor, Palitos de apio Salsa de manzana, Pasas agrias, Selección diaria de leche Taco de carne de res **29** Palitos de pescado con un pan

Yogur/Queso/Mini Cinnis Pan con mani y mermelada

Fiesta Frijoles Negros Lechuga y tomate Gajos de Naranja, Jugo de Frutas Selección diaria de leche Hamburguesa/
Hamburguesa con queso
Tortilla de huevo con queso y
panqueques
Huevo duro, queso cortado en
cubitos, manzanas, pb, pan de
plátano
Ensalada de la huerta con
panecillo

Zanahorias al vapor, Floretes de brócoli, Rodajas de manzana, Jugo de frutas Selección diaria de leche Pizza de pepperoni con orilla rellena 31 Pavo/Queso/Galleta Yogur/Queso/Cinni Swirl Wrap de pollo

Rodajas de pepino, Zanahorias pequeñas Plátano, Uvas Selección Diaria de Leches



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



# State Road MENÚ DE DESAYUNO 2023

AVON GROVE CHARTER SCHOOL



## MARTES

## **MIÉRCOLES**

## **JUEVES**

## VIERNES

#### Panecillo con queso crema Donas integrales

Jugo de Frutas Clementina Selección Diaria de Leches

#### Pasteles variados Palito de gueso

Jugo de Frutas Pasas Agrias Selección Diaria de Leches

#### Panqueque De Salchicha En Palo Muffins variados

Jugo de Frutas Pasas Selección Diaria de Leche

#### Barras de desayuno Palito de queso

Jugo de Fruta Rodajas de Manzana Selección Diaria de Leche

#### Parfait de frutas y yogur Gofre variados

Jugo de Frutas Plátano Selección Diaria de Leche

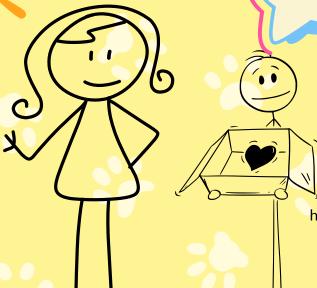
El estudiante puede elegir al menos 3 artículos y 1 debe ser 1/2 taza de fruta o Zumo de fruta. Elija todos los elementos para un desayuno nutritivo

to take a complete meal at breakfast
and lunch, which includes
1/2 cup serving of a fruit or
vegetable for the school to receive
ruits or

The USDA requires students

I don't like fruits or veggies, why do I have to take them? This is dumb! Dude, just show some love and drop what you don't like in the share bin for another student to enjoy!





Did you know... Per USDA regulations at least 2 types of lowfat milk must be offered and bottled water cannot be offered in the serving line due to calorie requirements. (Exceptions made for documented lactose intolerance.) We do have water fountains available throughout the school and in the cafeteria so bring your refillable bottles!