

ESCUELAS PÚBLICAS DE WATERBURY - ALMUERZO - VERANO 2024

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
24 de junio	25 de junio	26 de junio	27 de junio	28 de junio
Sándwich de mantequilla y jalea servido con semillas de girasol tostadas con miel Galletas Pretzel Goldfish, Zanahorias picadas, remolachas Fruta Fresca / Jugo 100% Fruta Leche baja en grasa	Empanada de pollo empanizada en un panecillo WG Ensalada De Tres Frijoles, Maíz Galletas Cheddar Goldfish ,Salsa BBQ , fruta fresca Leche baja en grasa	Pavo y queso en rollo de hamburguesa WG Zanahorias Frescas, Frijoles variados ,Condimentos Fruta Fresca Leche baja en grasa	Tiras de pollo empanizadas en WG Wrap con barra de queso mozzarella en tiras Chips de tortilla cool ranch ,Lechuga, Tomate, Ketchup, Mayonesa Fruta Fresca Leche baja en grasa	Jamón de pavo y queso en rollo de hamburguesa WG brócoli, tomates ,condimentos Fruta Fresca Leche baja en grasa
1 de julio	2 de julio	3 de julio	4 de julio	5 de julio
yogures variados, palitos de queso mozzarella y galletas Graham de vainilla Chips de tortilla con queso y nachos , Ensalada De Tres Frijoles, Guisantes Fruta Fresca / Jugo 100% Fruta Leche baja en grasa	Pavo y queso en un panecillo WG Scoops, Salsa,remolacha Fruta Fresca Leche baja en grasa	Trozos de pollo empanizados en envoltura WG Lechuga, Tomate, Salsa BBQ Fruta Fresca Leche baja en grasa	Día de la Independencia NO SE SERVIRAN COMIDAS DE VERANO HOY 	Jamón de pavo y queso en rollo de hamburguesa WG Zanahorias frescas, frijoles variados , condimentos Fruta Fresca / Jugo 100% Fruta Leche baja en grasa
8 de julio	9 de julio	10 de julio	11 de julio	12 de julio
Sándwich de mantequilla y jalea Chips de tortilla con queso nacho, salsa, ensalada de tres frijoles y condimentos- Fruta Fresca / Jugo 100% Fruta Leche baja en grasa	Sándwich de pavo, jamón y queso en rollo de hamburguesa WG Galletas Cheddar Goldfish Brócoli, Maíz, Condimentos Fruta Fresca Leche baja en grasa	Trozos de pollo empanizados en un wrap WG con barra de queso mozzarella en tiras Galletas Graham, lechuga pudín, tomate, mostaza y miel Fruta Fresca Leche baja en grasa	Sándwich de pavo y queso en rollo WG Kaiser Zanahorias pequeñas frescas, frijoles variados,condimentos Fruta Fresca Leche baja en grasa	Empanada de pollo empanizada en rollo de hamburguesa WG Zanahorias picadas, remolachas ,Chips Lays al horno, salsa BBQ Fruta Fresca / Jugo 100% Fruta Leche baja en grasa
15 de julio	16 de julio	17 de julio	18 de julio	19 de julio
yogures variados, Semillas de girasol y galletas Graham de vainilla Fruta Fresca / Jugo 100% Fruta Leche baja en grasa	Sándwich de jamón de pavo en rollo de hamburguesa WG con barra de queso mozzarella en tiras lechuga, tomate,condimentos Fruta Fresca Leche baja en grasa	Trozos de pollo empanizados en envoltura WG Chips de tortilla Cool Ranch, salsa, frijoles variados, salsa BBQ Fruta Fresca Leche baja en grasa	Pavo en rollo de hamburguesa WG con barra de queso mozzarella Brócoli, zanahorias frescas, rollitos de frutas y fresas, condimentos, Fruta Fresca Leche baja en grasa	Almuerzo Sorpresa Ensalada De Tres Frijoles, Maíz Fruta Fresca / Jugo 100% Fruta Leche baja en grasa
22 de julio	23 de julio	24 de julio	25 de julio	26 de julio
Sándwich de mantequilla y jalea servido con semillas de girasol Ensalada De Tres Frijoles, Salsa Nachos Chips De Tortilla De Queso Fruta Fresca / Jugo 100% Fruta Leche baja en grasa	Empanada de pollo empanizada sobre un rollo de hamburguesa WG con una barra de queso mozzarella en tiras tomates uva, maíz,condimentos Fruta Fresca Leche baja en grasa	Sándwich de pavo, jamón y queso en un panecillo WG frijoles variados , zanahorias pequeñas, galletas Cheddar Goldfish , condimentos Fruta Fresca Leche baja en grasa	Trozos de pollo empanizados en envoltura WG Lechuga, tomate, pretzel goldfish, salsa BBQ Fruta Fresca Leche baja en grasa	Sándwich de pavo y queso en rollo de hamburguesa WG Brócoli, Ensalada De Tres Frijoles,condimentos Fruta Fresca / Jugo 100% Fruta Leche baja en grasa
29 de julio	30 de julio	31 de julio	1 de agosto	2 de agosto
yogures variados, Semillas de girasol y galletas Graham de vainilla Guisantes, remolachas, nachos, chips de tortilla con queso- Fruta Fresca / Jugo 100% Fruta Leche baja en grasa	Pavo, jamón de pavo y queso americano en wrap WG Zanahorias cortadas en cubitos, frijoles variados, galletas Graham , condimentos Fruta Fresca Leche baja en grasa	Sándwich de mantequilla y jalea servido con una barra de queso mozzarella en tiras Tomates Uva, Ensalada De Tres Frijoles ,Goldfish Prezels, condimentos Fruta Fresca Leche baja en grasa	Almuerzo Sorpresa lechuga ,tomate, condimentos Fruta Fresca Leche baja en grasa	Trozos de pollo empanizados en una envoltura WG con una barra de queso mozzarella en tiras Salsa, Scoops, Brócoli ,Salsa Agridulce, Ranch Fruta Fresca / Jugo 100% Fruta Leche baja en grasa
5 de agosto	6 de agosto	7 de agosto	8 de agosto	9 de agosto
Almuerzo Sorpresa Maíz, Zanahorias Frescas condimentos Fruta Fresca / Jugo 100% Fruta Leche baja en grasa	Sándwich de pavo, jamón y queso en rollo de hamburguesa WG vegetales variados , condimentos Fruta Fresca Leche baja en grasa	Trozos de pollo empanizados en envoltura WG Chips de tortilla con queso y nachos,Lechuga, Tomate, Mostaza Miel Fruta Fresca Leche baja en grasa	Almuerzo Sorpresa vegetales variados, condimentos Fruta Fresca Leche baja en grasa	Último día de alimentación de verano... ¡DÍA SORPRESA! vegetales variados, condimentos Fruta Fresca / Jugo 100% Fruta Leche baja en grasa

Programas de nutrición escolar

Nuestras comidas cumplen con estrictos estándares nutricionales federales, incluidos límites de calorías, azúcar, grasas saturadas y sodio. Al menos el 80% de los cereales ofrecidos por semana son ricos en cereales integrales (WGR, WG)

Almuerzo de verano

Consiste en carne/sustituto de carne, cereales, frutas, verduras y leche. Para una mejor nutrición, le recomendamos que elija todos; sin embargo, debe elegir al menos tres, incluida una fruta o verdura y otros dos componentes completos.

*ELECCIÓN DIARIA DE FRUTAS EN EL ALMUERZO:

Pre-K - Grado 8: se ofrece jugo los lunes y viernes Grados 9-

El servicio de alimentos de las escuelas de la ciudad de Waterbury está "libre de carne de cerdo" Nuestro Programa

Para obtener información adicional sobre las comidas de verano, incluida la información más actualizada del sitio, visite www.CTSummerMeals.org

Las comidas modificadas están disponibles si es necesario. Por favor contacte al Departamento de Servicio de Alimentos de Waterbury(203)-346-2376



Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades

El menú está sujeto a cambios 6/12/24