

# Suffern High School

Bienvenido a  
Nuestro Almuerzo

9/2/2024 - 9/6/2024

MEATLESS MONDAY  
Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes



Alitas de Pollo al Estilo Búfalo  
*un clásico americano, alitas mezcladas en salsa búfalo picante*  
Palitos de Apio  
Brócoli Cocido Al Vapor  
Uvas Verdes

Tacos de Carne *carne de vaca con queso fundido en un taco crujiente*  
Arroz Amarillo  
Frijoles  
Salsa  
Zanahorias  
Pequeñas  
Pera Frescas

Sándwich de Pollo  
Parmesano  
Papas Fritas  
Ensalada de Espinaca  
Rodajas De Manzana A La Canela  
*rodajas de manzana fresca espolvoreadas con azúcar y canela*  
Naranja Fresca



Pizza de Pollo a la Fajita  
*pizza con queso con pollo a la fajita, cebollas y pimientos*

Pizza de Pollo a la Fajita  
*pizza con queso con pollo a la fajita, cebollas y pimientos*

Pizza de Pollo a la Fajita  
*pizza con queso con pollo a la fajita, cebollas y pimientos*

Disponible Diariamente: Pizza de Queso, Pizza de Pepperoni y Pizza de Vegetales con pan de pizza de trigo integral



Tortilla Enrollada con Pollo y Rancho  
*tortilla enrollada rellena de pechuga de pollo, lechuga, tomate y aderezo rancho*

Tortilla Enrollada con Pollo y Rancho  
*tortilla enrollada rellena de pechuga de pollo, lechuga, tomate y aderezo rancho*

Tortilla Enrollada con Pollo y Rancho  
*tortilla enrollada rellena de pechuga de pollo, lechuga, tomate y aderezo rancho*

Disponible Diariamente: Hamburguesa, Hamburguesa con Queso, Hamburguesa de



Sándwich De Combo Italiano  
*pan con jamón, queso, lechugas frescas y tomate*

Sándwich De Combo Italiano  
*pan con jamón, queso, lechugas frescas y tomate*

Sándwich De Combo Italiano  
*pan con jamón, queso, lechugas frescas y tomate*

Disponible Diariamente: Opcion de carne, option de queso, pan de trigo integral



NY Fruity Yogurt Parfait with Graham Crackers  
*local NY low fat vanilla yogurt layered with fruit and graham crackers*

NY Fruity Yogurt Parfait with Graham Crackers  
*local NY low fat vanilla yogurt layered with fruit and graham crackers*

NY Fruity Yogurt Parfait with Graham Crackers  
*local NY low fat vanilla yogurt layered with fruit and graham crackers*



Disponible Diariamente: Ensalada De Jardin, Ensalada de Chef, Ensalada de Caesar. Incluye Rollo Integral y



Consulte nuestro nuevo menú móvil en [www.FDMealPlanner.com](http://www.FDMealPlanner.com) o descargue nuestra aplicación FD MealPlanner de forma gratuita, desde la App Store o Google Play, y acceda a su menú desde cualquier lugar que se encuentre a través de su dispositivo móvil.



Consumo de carne, pollo, pescado, mariscos o huevos crudo o mal cocida puede aumentar su riesgo de enfermedades transmitidas por alimentos, especialmente si usted tiene ciertas condiciones médicas. Menú está sujeto a cambios, aviso publicado si está disponible. De acuerdo con la ley federal de derechos civiles y las normas y políticas del Departamento de Agricultura de EE. UU. (USDA), esta institución tiene prohibido discriminar por motivos de raza, color, nacionalidad de origen, sexo (incluidas la identidad de género y la orientación sexual), discapacidad, edad, o represalia por cualquier actividad anterior de derechos civiles. Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.



# Suffern High School

Bienvenido a  
Nuestro Almuerzo

9/9/2024 - 9/13/2024

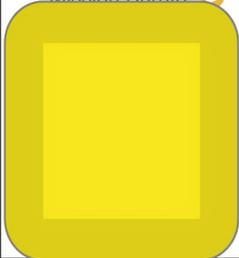
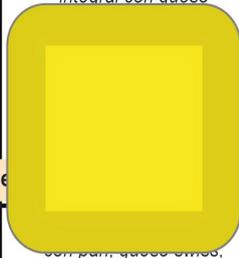
**MEATLESS MONDAY**  
Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

	<p>Mission Burrito 🌮</p> 	<p>Tazón de Arroz de Pollo de General Tso Tazón de pollo de General Tso con arroz integral, brócoli y cebolletas 🌱 🌮 Brócoli Cocido Al Vapor Coliflor Fresas Fresca</p>	<p>Perro Caliente The Works perro caliente en un panecillo con mostaza, sauerkraut, jalapeños, cebolla y relish 🌮 Zapallo Amarillo Fresh NY Local Apple</p>	<p>Nachos a la Grande chips de tortillas cubiertas con carne de res estilo mexi y salsa de queso 🌮 Arroz Amarillo Frijoles Frijoles Verdes Ensalada Fresca De Jardín 🌱</p>	<p>Pollo picante de Nashville pollo recién preparado rociado con salsa picante, cubierto con ensalada de col y chips en escabeche 🌮 Bolitas de Papas Zanahorias Pequeñas</p>
	<p>Pizza con Brócoli pan de pizza de trigo integral con queso mozzarella y broccoli 🌱 🌮</p>	<p>Pizza con Brócoli pan de pizza de trigo integral con queso</p> 	<p>Pizza con Brócoli pan de pizza de trigo integral con queso mozzarella y broccoli 🌱 🌮</p>	<p>Pizza con Brócoli pan de pizza de trigo integral con queso mozzarella y broccoli 🌱 🌮</p>	<p>Pizza con Brócoli pan de pizza de trigo integral con queso mozzarella y broccoli 🌱 🌮</p>
<p>Disponible Diariamente: Pizza de Pepperoni y Pizza de Vegetales con pan de pizza de trigo integral</p>					
	<p>Club Griller con pan, queso swiss, tomate, tocino, salsa de pavo y queso americano 🌮</p>	<p>Club Griller con pan, queso swiss, tomate, tocino, salsa de pavo y queso americano 🌮</p>	<p>Club Griller con pan, queso swiss, tomate, tocino, salsa de pavo y queso americano 🌮</p>	<p>Club Griller con pan, queso swiss, tomate, tocino, salsa de pavo y queso americano 🌮</p>	<p>Club Griller con pan, queso swiss, tomate, tocino, salsa de pavo y queso americano 🌮</p>
<p>Disponible Diariamente: Hamburguesa, Hamburguesa con Queso, Hamburguesa de</p>					
	<p>Sándwich de Pollo al Búfalo pollo a la plancha con salsa picante, lechuga y tomate, en pan 🌮</p>	<p>Sándwich de Pollo al Búfalo pollo a la plancha con salsa picante, lechuga y tomate, en pan 🌮</p>	<p>Sándwich de Pollo al Búfalo pollo a la plancha con salsa picante, lechuga y tomate, en pan 🌮</p>	<p>Sándwich de Pollo al Búfalo pollo a la plancha con salsa picante, lechuga y tomate, en pan 🌮</p>	<p>Sándwich de Pollo al Búfalo pollo a la plancha con salsa picante, lechuga y tomate, en pan 🌮</p>
<p>Disponible Diariamente: Opcion de carne, option de queso, pan de trigo integral</p>					
 	<p>Yogur de Parfait con Fruta y Granola Yogur de vainilla bajo en grasa con fruta y granola 🌱 🌮 🌿</p>	<p>NY Fruity Yogurt Parfait with Granola local NY low fat vanilla yogurt topped with strawberries, blueberries, and crunchy granola 🌱 🌮 🌿</p>	<p>NY Fruity Yogurt Parfait with Granola local NY low fat vanilla yogurt topped with strawberries, blueberries, and crunchy granola 🌱 🌮 🌿</p>	<p>NY Fruity Yogurt Parfait with Granola local NY low fat vanilla yogurt topped with strawberries, blueberries, and crunchy granola 🌱 🌮 🌿</p>	<p>NY Fruity Yogurt Parfait with Granola local NY low fat vanilla yogurt topped with strawberries, blueberries, and crunchy granola 🌱 🌮 🌿</p>
<p>Disponible Diariamente: Ensalada De Jardín, Ensalada de Chef, Ensalada de Caesar. Incluye Rollo Integral y</p>					



Consulte nuestro nuevo menú móvil en [www.FDMealPlanner.com](http://www.FDMealPlanner.com) o descargue nuestra aplicación FD MealPlanner de forma gratuita, desde la App Store o Google Play, y acceda a su menú desde cualquier lugar que se encuentre a través de su dispositivo móvil.



Consumo de carne, pollo, pescado, mariscos o huevos crudo o mal cocida puede aumentar su riesgo de enfermedades transmitidas por alimentos, especialmente si usted tiene ciertas condiciones médicas. Menú está sujeto a cambios, aviso publicado si está disponible. De acuerdo con la ley federal de derechos civiles y las normas y políticas del Departamento de Agricultura de EE. UU. (USDA), esta institución tiene prohibido discriminar por motivos de raza, color, nacionalidad de origen, sexo (incluidas la identidad de género y la orientación sexual), discapacidad, edad, o represalia por cualquier actividad anterior de derechos civiles. Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.

 Vegetariano

 Hecho Con Ingredientes Naturales

 Cerdo

 Elección Inteligente

 Hecho Con Ingredientes Organicos



# Suffern High School

Bienvenido a  
Nuestro Almuerzo

9/16/2024 - 9/20/2024

**MEATLESS MONDAY**  
Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes



Pasta casera al Alfredo con Pollo y Brócoli  
*pasta con salsa alfredo y pollo y brócoli* 🍴  
Ensalada Fresca De Jardín  
Brócoli Cocido Al Vapor  
Naranja Fresca

NY Beef Burger with Bacon & Cheese  
*NY beef burger topped with cheese and bacon on a freshly toasted bun*  
P  
Papas Fritas  
Frijoles al Horno  
Zanahorias  
Pequeñas

Pasta con Albóndigas Hecho en Casa  
*pasta con una salsa picante de tomate y albóndigas* 🍴  
salteado de calabacín  
Ensalada de Espinaca P 🍴

Tacos de Carne *carne de vaca con queso fundido en un taco crujiente* 🍴  
Arroz Sazonado  
Maíz  
Rodajas de Pepinos  
Taza de Melón

Alitas de Pollo ala BBQ  
*alitas de pollo gigante ahogado en salsa BBQ*  
Papas Fritas  
Zanahorias  
Palitos de Apio  
Fresh NY Local Apple  
*Fresh NY Local Apple*



Pizza de Pollo al Búfalo  
*pizza de queso acompañada con trozos de pollo con salsa Buffalo* 🍴

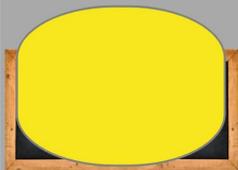
Pizza de Pollo al Búfalo  
*pizza de queso acompañada con trozos de pollo con salsa Buffalo* 🍴

Pizza de Pollo al Búfalo  
*pizza de queso acompañada con trozos de pollo con salsa Buffalo* 🍴

Pizza de Pollo al Búfalo  
*pizza de queso acompañada con trozos de pollo con salsa Buffalo* 🍴

Pizza de Pollo al Búfalo  
*pizza de queso acompañada con trozos de pollo con salsa Buffalo* 🍴

Disponible Diariamente: Pizza de Queso, Pizza de Pepperoni y Pizza de Vegetales con pan de pizza de trigo integral



Wrap del Sur de la Frontera  
*pedazos de pollo crocante, queso cheddar y arroz a la mexicana en una tortilla* 🍴

Wrap del Sur de la Frontera  
*pedazos de pollo crocante, queso cheddar y arroz a la mexicana en una tortilla* 🍴

Wrap del Sur de la Frontera  
*pedazos de pollo crocante, queso cheddar y arroz a la mexicana en una tortilla* 🍴

Wrap del Sur de la Frontera  
*pedazos de pollo crocante, queso cheddar y arroz a la mexicana en una tortilla* 🍴

Wrap del Sur de la Frontera  
*pedazos de pollo crocante, queso cheddar y arroz a la mexicana en una tortilla* 🍴

Disponible Diariamente: Hamburguesa, Hamburguesa con Queso, Hamburguesa de



Sánguche Tostado al Ajo con Mozzarella y Tomate  
*sánguche de pan al ajo tostado relleno con queso mozzarella y tomate* 🍴

Sánguche Tostado al Ajo con Mozzarella y Tomate  
*sánguche de pan al ajo tostado relleno con queso mozzarella y tomate* 🍴

Sánguche Tostado al Ajo con Mozzarella y Tomate  
*sánguche de pan al ajo tostado relleno con queso mozzarella y tomate* 🍴

Sánguche Tostado al Ajo con Mozzarella y Tomate  
*sánguche de pan al ajo tostado relleno con queso mozzarella y tomate* 🍴

Sánguche Tostado al Ajo con Mozzarella y Tomate  
*sánguche de pan al ajo tostado relleno con queso mozzarella y tomate* 🍴

Disponible Diariamente: Opcion de carne, option de queso, pan de trigo integral



NY Fruity Yogurt Parfait with Granola  
*local NY low fat vanilla yogurt topped with strawberries, blueberries, and crunchy granola* 🍴

NY Fruity Yogurt Parfait with Granola  
*local NY low fat vanilla yogurt topped with strawberries, blueberries, and crunchy granola* 🍴

Yogur de Parfait con Fruta y Granola  
*Yogur de vainilla bajo en grasa con fruta y granola* 🍴

Yogur de Parfait con Fruta y Granola  
*Yogur de vainilla bajo en grasa con fruta y granola* 🍴

Yogur de Parfait con Fruta y Granola  
*Yogur de vainilla bajo en grasa con fruta y granola* 🍴



Disponible Diariamente: Ensalada De Jardín, Ensalada de Chef, Ensalada de Caesar. Incluye Rollo Integral y

Consulte nuestro nuevo menú móvil en [www.FDMealPlanner.com](http://www.FDMealPlanner.com) o descargue nuestra aplicación FD MealPlanner de forma gratuita, desde la App Store o Google Play, y acceda a su menú desde cualquier lugar que se encuentre a través de su dispositivo móvil.



Consumo de carne, pollo, pescado, mariscos o huevos crudo o mal cocida puede aumentar su riesgo de enfermedades transmitidas por alimentos, especialmente si usted tiene ciertas condiciones médicas. Menú está sujeto a cambios, aviso publicado si está disponible. De acuerdo con la ley federal de derechos civiles y las normas y políticas del Departamento de Agricultura de EE. UU. (USDA), esta institución tiene prohibido discriminar por motivos de raza, color, nacionalidad de origen, sexo (incluidas la identidad de género y la orientación sexual), discapacidad, edad, o represalia por cualquier actividad anterior de derechos civiles. Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.



# Suffern High School

Bienvenido a  
Nuestro Almuerzo

9/23/2024 - 9/27/2024

**MEATLESS MONDAY**  
Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes



Cuenco de pollo con salsa  
palomitas de maíz pollo con capas de puré de patatas y maíz, cubierto de salsa  
Patatas Dulces Fritas Coliflor  
Fresh NY Local Apple

Classic Tex Mex Burrito 🍌  
Frijoles Asados De Canela Y Miel Apio  
Arándanos Frescos

Macaroni y Queso con Pollo al Búfalo 🍌  
Brócoli Cocido Al Vapor  
Rodajas de Pepinos Naranja Fresca

Tot Spot's Filadelfia Tater Tots  
crocrantes tater tots cubiertos con carne de res, pimientos y cebollas y salsa cremosa de queso 🍌  
Frijoles Verdes  
Tiras De Pimiento Rojo

Alitas de Pollo al Aderezo Ranch Lite Naranja Fresca



Pizza de cebolla pizza de queso recién preparada cubierta con cebolla en rodajas 🍌

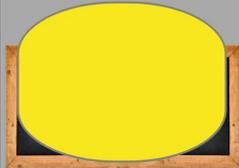
Pizza de cebolla pizza de queso recién preparada cubierta con cebolla en rodajas 🍌

Pizza de cebolla pizza de queso recién preparada cubierta con cebolla en rodajas 🍌

Pizza de cebolla pizza de queso recién preparada cubierta con cebolla en rodajas 🍌

Pizza de cebolla

Disponible Diariamente: Pizza de Queso, Pizza de Pepperoni y Pizza de Vegetales con pan de pizza de trigo integral



Palitos de pan Rellenos de Queso palitos de pan al horno rellenos con queso derretido 🍌  
Marinara Sauce

Palitos de pan Rellenos de Queso palitos de pan al horno rellenos con queso derretido 🍌

Palitos de pan Rellenos de Queso palitos de pan al horno rellenos con queso derretido 🍌  
Marinara Sauce

Palitos de pan Rellenos de Queso palitos de pan al horno rellenos con queso derretido 🍌  
Marinara Sauce

Palitos de pan Rellenos de Queso

Disponible Diariamente: Hamburguesa, Hamburguesa con Queso, Hamburguesa de



Pan Tostado con Queso y Tocino sánguche de queso derretido con capas de tocino en pan

Pan Tostado con Queso y Tocino sánguche de queso derretido con capas de tocino en pan

Pan Tostado con Queso y Tocino sánguche de queso derretido con capas de tocino en pan

Pan Tostado con Queso y Tocino sánguche de queso derretido con capas de tocino en pan

Pan Tostado con

Disponible Diariamente: Opcion de carne, option de queso, pan de trigo integral



NY Fruity Yogurt Parfait with Granola local NY low fat vanilla yogurt topped with strawberries, blueberries, and crunchy granola 🍌

NY Fruity Yogurt Parfait with Graham Crackers &#x9;local NY low fat vanilla yogurt layered with fruit and graham crackers 🍌

NY Fruity Yogurt Parfait with Graham Crackers &#x9;local NY low fat vanilla yogurt layered with fruit and graham crackers 🍌

NY Fruity Yogurt Parfait with Graham Crackers &#x9;local NY low fat vanilla yogurt layered with fruit and graham crackers 🍌

NY Fruity Yogurt



Disponible Diariamente: Ensalada De Jardin, Ensalada de Chef, Ensalada de Caesar. Incluye Rollo Integral y



Consulte nuestro nuevo menú móvil en [www.FDMealPlanner.com](http://www.FDMealPlanner.com) o descargue nuestra aplicación FD MealPlanner de forma gratuita, desde la App Store o Google Play, y acceda a su menú desde cualquier lugar que se encuentre a través de su dispositivo móvil.



Consumo de carne, pollo, pescado, mariscos o huevos crudo o mal cocida puede aumentar su riesgo de enfermedades transmitidas por alimentos, especialmente si usted tiene ciertas condiciones médicas. Menú está sujeto a cambios, aviso publicado si está disponible. De acuerdo con la ley federal de derechos civiles y las normas y políticas del Departamento de Agricultura de EE. UU. (USDA), esta institución tiene prohibido discriminar por motivos de raza, color, nacionalidad de origen, sexo (incluidas la identidad de género y la orientación sexual), discapacidad, edad, o represalia por cualquier actividad anterior de derechos civiles. Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.

Vegetariano

Hecho Con Ingredientes Naturales

Cerdo

Elección Inteligente

Hecho Con Ingredientes Organicos



# Suffern High School

Bienvenido a  
Nuestro Almuerzo

9/30/2024 - 9/30/2024

**MEATLESS MONDAY**  
Lunes

Martes

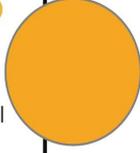
Miércoles

Jueves

Viernes



Incredibowls Arroz  
Con Pollo Y Vegetales  
*arroz esponjoso cubierto  
con verduras salteadas y  
pollo al horno 🌱*  
Maiz  
Zanahorias  
Pequeñas  
Fresh NY Local  
Apple



Pizza de Pollo BBQ  
*pizza de queso recién  
preparada cubierta con  
pollo revuelto en salsa  
BBQ 🌱*

Disponible Diariamente: Pizza de Queso, Pizza de Pepperoni y Pizza de Vegetales con pan de pizza de trigo integral



Pizzadilla Quesadilla  
*tortillas a la parrilla  
rellenas con queso  
derretido, salsa de  
tomate, y pepperoni P*

Disponible Diariamente: Hamburguesa, Hamburguesa con Queso, Hamburguesa de



Wrap Club de Pavo  
*tortilla enrollada rellena  
de pechuga de pavo,  
tocino, lechuga romana y  
tomates 🌱*

Disponible Diariamente: Opcion de carne, option de queso, pan de trigo integral



Yogur de Parfait con  
Fruta y Granola  
*Yogur de vainilla bajo en  
grasa con fruta y granola*  
🌱 🌱 🌱



Disponible Diariamente: Ensalada De Jardin, Ensalada de Chef, Ensalada de Caesar. Incluye Rollo Integral y



Consulte nuestro nuevo menú móvil en [www.FDMealPlanner.com](http://www.FDMealPlanner.com) o descargue nuestra aplicación FD MealPlanner de forma gratuita, desde la App Store o Google Play, y acceda a su menú desde cualquier lugar que se encuentre a través de su dispositivo móvil.



Consumo de carne, pollo, pescado, mariscos o huevos crudo o mal cocida puede aumentar su riesgo de enfermedades transmitidas por alimentos, especialmente si usted tiene ciertas condiciones médicas. Menú está sujeto a cambios, aviso publicado si está disponible. De acuerdo con la ley federal de derechos civiles y las normas y políticas del Departamento de Agricultura de EE. UU. (USDA), esta institución tiene prohibido discriminar por motivos de raza, color, nacionalidad de origen, sexo (incluidas la identidad de género y la orientación sexual), discapacidad, edad, o represalia por cualquier actividad anterior de derechos civiles. Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.

