

# Desayuno en Campus Café

Febrero de 2025

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>Plato principal</b> Relleno Hashbrown	<b>Plato principal</b> Fresco horneado Barra para llevar de masa	<b>Plato principal</b> Tacos para el desayuno	<b>Plato principal</b> Sándwich Jenny Lee	<b>principal</b> Yogur o Cereales O Calzone picante para el desayuno
<b>Plato principal</b> Relleno Panqueques	<b>Plato principal</b> Fresco horneado Donuts WG	<b>Plato principal</b> Batatas Rollo	<b>principal</b> Bagel de carne de res y queso	<b>Plato principal</b> Huevos revueltos y hamburguesa de salchicha
<b>Plato principal</b> Gemas de desayuno de grano entero	<b>Plato principal</b> Profres holandeses Patatas fritas	<b>Plato principal</b> Pizza para el desayuno	<b>Plato principal</b> Chanclas de pollo con cruasán	<b>Plato principal</b> Tostada Texas con canela y manzana
<b>Plato principal</b> Relleno Hashbrown	<b>Plato principal</b> Fresco horneado Barra para llevar de masa	<b>Plato principal</b> Tacos para el desayuno	<b>Plato principal</b> Sándwich Jenny Lee	<b>principal</b> Yogur o Cereales O Calzone picante para el desayuno



## Opciones

Las opciones de desayuno y almuerzo son de temporada y pueden incluir:

Fruta entera fresca: Manzanas, naranjas, mandarinas, plátanos, ensaladas de frutas

Copas de frutas: Peras, duraznos, mangos, naranjas mandarinas, piña, duraznos con canela, manzanas con canela en cubos, albaricoques

Fruta seca: Piña, pasas, pasas, fruta mixta

Salsa de manzana: Sabores simples y afrutados



## Acompañamientos

Cheerios sin Mini Muffin Loaf  
 Trix sin Chex Sin   
 Granola pan bagels WG  
 Copas de cacao  
 Waffles de tostadas con canela y crujientes en forma de bucle

Opciones vegetarianas disponibles todos los días	Contiene
Desnatada local y leche al 1%	Contiene cerdo
Frutas y verduras frescas todos los días	Sin gluten

Los platos principales del aula están disponibles en las escuelas que participan en el "Desayuno en el aula" y cumplen con los requisitos del USDA para un desayuno nutritivo.

Nuestros menús cumplen con los requisitos del USDA



# Almuerzo en Campus

## Febrero de 2025

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>3</b> <b>Plato principal</b> Palitos de mozzarella <b>Opciones laterales</b> Brócoli asado Salsa marinara	<b>4</b> <b>Plato principal</b> caminar y tacos <b>Opciones laterales</b> Frijoles refritos Salsa	<b>5</b> <b>Plato principal</b> de pescado dorado <b>Opciones laterales</b> Cachorros apurados Ensalada de tacos	<b>Fin de semana 6 del Super Bowl</b> <b>principal</b> Alitas de pollo <b>Opciones laterales</b> Tostito y salsa Nudo de ajo Copa de fútbol	<b>Medio día 7</b> <b>Plato principal</b> Elección del gerente <b>Opciones laterales</b> Patatas escalofriadas 100 % jugo de Slushie
<b>10</b> <b>Plato principal</b> Sándwich sin disco <b>Opciones laterales</b> Brócoli y queso	<b>11</b> <b>Plato principal</b> Penne y albóndigas <b>Opciones laterales</b> Nudo de ajo verdes Pasta GF disponible	<b>12</b> <b>principal</b> Tamale de pollo <b>Opciones laterales</b> Frijoles negros Salsa	<b>13</b> <b>principal</b> Mi con banda de canalé <b>Opciones laterales</b> Crujiente vegetal Pan de Hoagie WG o GF	<b>Día de San Valentín 14</b> <b>Plato principal</b> Pollo Sriracha con miel <b>Opciones laterales</b> Arroz frito vegetal Maíz asado 100 % jugo de Slushie Cookie de corazón
<b>17</b> <b>Plato principal</b> Pizza Crunchers <b>Opciones laterales</b> Brócoli y queso Salsa marinara	<b>18</b> <b>Plato principal</b> Pollo de Tso General <b>Opciones laterales</b> Arroz frito vegetal Medley asiática	<b>19</b> <b>principal</b> Pavo caliente de ternera <b>Opciones laterales</b> Ensalada de garbanzos	<b>20</b> <b>principal</b> Albóndigas de mozzarella y albahaca <b>Opciones laterales</b> Maíz asado Pan de Hoagie WG o GF	<b>Medio día 21</b> <b>Plato principal</b> Elección del gerente <b>Opciones laterales</b> Verduras mixtas 100 % jugo de Slushie
<b>24</b> <b>Plato principal</b> Tijeras ajetreadas <b>Opciones laterales</b> Frijoles verdes y champiñones asados Salsa marinara	<b>25</b> <b>Plato principal</b> fajita de pan Pollo o carne de res <b>Opciones laterales</b> Frijoles negros Salsa	<b>26</b> <b>Plato principal</b> Alas deshuesadas <b>Opciones laterales</b> Rollo de cena Batatas tricolor asadas	<b>Día Nacional de la Fresa 27</b> <b>principal</b> Rodajas de pavo y salsa gravy <b>Opciones laterales</b> Puré de patatas Nudo de ajo	<b>28</b> <b>principal</b> Barra de tambor de pollo <b>Opciones laterales</b> Nudo de ajo Ensalada de brócoli 100 % jugo de Slushie
Platos principales alternativos PB&J o WoWich Queso tostado	Platos principales alternativos PB&J o WoWich Quesadilla de queso	Platos principales alternativos Queso tostado Kit de rollo de pollo o pizza	Platos principales alternativos Queso tostado Ensalada recién hecha	Platos principales alternativos PB&J o WoWich Sándwich Deli

### ¿Sabía que...

La Semana Nacional de Jell-O se celebra durante la segunda semana de febrero, en honor al querido postre que ha sido un elemento básico de la cultura alimentaria estadounidense durante más de un siglo. Dato curioso: ¡El sabor más popular de Jell-O es la fresa!



### Cosecha del mes

Champiñones

¡Pennsylvania alberga el mayor número de granjas de hongos del país! Los hongos contienen más de 12 vitaminas y minerales y son una buena fuente de la ergotioneína antioxidante.

	Opciones vegetarianas disponibles todos los días		Contiene
	Desnatada local y leche al 1%		Contiene cerdo
	Frutas y verduras frescas todos los días		Sin gluten

Nuestros menús cumplen con los requisitos del USDA