



Septiembre 2026

Escuelas Hempstead HS & MS MENÚ DE ALMUERZO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	¹ NO HAY CLASES	² NO HAY CLASES	³ CROQUETAS DE PAPAS RELLENAS MANZANA	⁴ PIZZA WG CON QUESO BUFFALO PIZZA ENSALADA DE COL MELÓN
⁷ ESCUELA CERRADA	⁸ FILETES DE POLLO PAPAS HORNEADAS NARANJA	⁹ ESPAGUETIS CON ALBÓNDIGAS ENSALADA VERDE RODAJAS DE MANZANA	¹⁰ HAMBURGUESA CON QUESO NACHOS CON QUESO Y PEPINILLOS ZANAHORIAS MANDARINA	¹¹ PIZZA WG DE QUESO Y PEPPERONI ENSALADA DE COL PLÁTANO
¹⁴ ZITI HORNEADO POLLO ESTILO PALOMITAS EJOTES CIRUELA	¹⁵ POLLO AL PESTO EN PAN PLANO ENSALADA MIXTA MANZANA	¹⁶ TOSTADAS FRANCESAS SALCHICHA PAPAS HORNEADAS PLÁTANO	¹⁷ CORNDOG PAPAS FRITAS HORNEADAS PERA	¹⁸ PIZZA WG CON QUESO BUFFALO PIZZA ENSALADA DE COL MELÓN
²¹ ESCUELA CERRADA	²² EMPANADAS JAMAQUINAS ELOTE MANZANA	²³ PASTA PENNE CON SALSA CON CARNE CHICHAROS Y ZANAHORIAS PLÁTANO	²⁴ POLLO CON DULCE DE MIEL PICANTE PAPAS HORNEADAS NARANJA	²⁵ PIZZA WG DE QUESO Y PEPPERONI ENSALADA VERDE MELÓN
²⁸ PAVO en SALSA con BACON en PAN PLANO CHICHAROS Y ZANAHORIAS NARANJA	²⁹ NUGGETS DE POLLO PAPAS HORNEADAS MANDARINA	³⁰ HAMBURGUESA con JALAPEÑO ELOTE MANZANA		

ENSALADA SEMANAL DEL CHEF
ENSALADA DE POLLO PICANTE,
HAMBURGUESAS
HAMBURGUESA CON QUESO,
SANDWICHES DE POLLO,
VARIADOS WRAPS,
NUGGETS DE POLLO, NACHOS
CON CARNE, FRIJOLES Y QUESO

TODAS LAS COMIDAS DEBEN INCLUIR LA ELECCIÓN DE: FRUTAS Y/O PARFAIT Y PUEDE INCLUIR: LECHE BAJA EN GRASA AL 1%

Powering potential™



LOS MENÚS PUEDEN CAMBIAR.

(SÁNDWICHES (TODOS EN PAN INTEGRAL): BOAR'S HEAD, PAVO Y QUESO O JAMÓN (P) Y QUESO, QUESO AMERICANO, MANTEQUILLA DE SOL Y MERMELADA

PARFAIT DE FRUTA Y YOGUR CON GRANOLA

ALMUERZO DE BAGEL: BAGEL WG CON 2 PALITOS DE QUESO

CONTENIDO DEL MENÚ LOCAL

BAGEL LUNCH: WG BAGEL WITH 2 CHEESE STICKS



This institution is an equal opportunity provider.