



Octubre de 2026

Distrito Escolar de Northern Lehigh



Monday

Tuesday

Wednesday

Thursday

Friday



5
Tocino, huevo y queso
Cruasán
Papas para el desayuno
Variedad de frutas
Leche baja en grasa o sin grasa
Opción alternativa: Nuggets de pollo

6
Walking Taco
(Doritos, carne para tacos, queso)
Lechuga, tomate
Salsa y crema agria
Variedad de frutas
Leche baja en grasa o sin grasa
Opción alternativa: Nuggets de pollo

7
Bulldog Bowl
(pollo tipo palomitas, puré de papas, maíz, salsa y queso)
Panecillo (integral) con mantequilla
Variedad de frutas
Leche baja en grasa o sin grasa
Opción alternativa: Nuggets de pollo

1
Hamburguesa Cowboy
(hamburguesa con queso y aros de cebolla)
Aros de cebolla
Salsa Cowboy
Lechuga, tomate, mayonesa
Variedad de frutas
Leche baja en grasa o sin grasa
Opción alternativa: Pizza

2
Wrap de pollo a la parmesana
(Pollo estilo "popcorn", salsa marinara, queso mozzarella)
Ensalada de acompañamiento
Variedad de frutas
Leche baja en grasa o sin grasa
Opción alternativa: Pizza

12
Día de instrucción virtual programado

NATIONAL SCHOOL LUNCH WEEK
OCT 12th-16th *2026*

13
Crispitos crujientes
Maíz
Nachos con queso
Ensalada de acompañamiento
Variedad de frutas
Leche baja en grasa o sin grasa
Opción alternativa: Hamburguesa

14
Hot dog
Chili
Frijoles horneados
Ensalada de col
Variedad de frutas
Leche baja en grasa o sin grasa
Opción alternativa: Hamburguesa

8
¡Día Nacional del Pierogi!
Sándwich de pollo (normal o picante)
Pierogis
Bastones de zanahoria con aderezo Ranch
Variedad de frutas
Leche baja en grasa o sin grasa
Opción alternativa: Nuggets de pollo

9
Maxx Sticks
Salsa marinara
Brócoli
Variedad de frutas
Leche baja en grasa o sin grasa
Opción alternativa: Nuggets de pollo

15
Pollo Alfredo
Brócoli
Nudo de ajo de grano integral
Variedad de frutas
Leche baja en grasa o sin grasa
Opción alternativa: Hamburguesa con queso

16
Pizza Big Daddy's
Guisantes y zanahorias
Taza de fruta congelada Side Kick
Surtido de frutas
Leche baja en grasa o sin grasa
Opción alternativa: Hamburguesa con queso

19
Sándwich de queso a la plancha
Sopa de tomate
Judías verdes
Variedad de frutas
Leche baja en grasa o sin grasa
Opción alternativa: Perrito caliente

20
Quesadilla de pollo
Salsa y crema agria
Salsa de maíz y frijoles negros
Variedad de frutas
Leche baja en grasa o sin grasa
Opción alternativa: Perrito caliente

21
Pollo a la naranja
Arroz frito
Brócoli
Variedad de frutas
Leche baja en grasa o sin grasa
Opción alternativa: Hot dog

22
Tiras de pollo
Pretzel tierno
Frijoles horneados
Surtido de frutas
Leche baja en grasa o sin grasa
Opción alternativa: Hot dog

23
Sándwich de albóndigas
Pierogis
Zanahorias al vapor
Variedad de frutas
Leche baja en grasa o sin grasa
Opción alternativa: Perrito caliente

26
¡Día Nacional de la Calabaza!
Salchicha, huevo y queso
En pan inglés (muffin inglés)
Tortita de papa rallada (hash brown)
Variedad de frutas
Compota de manzana sabor pastel de calabaza
Leche baja en grasa o sin grasa

27
Fajita de pollo
Pimientos y cebollas salteados
Arroz
Frijoles refritos
Variedad de frutas
Leche baja en grasa o sin grasa
Opción alternativa: Sándwich de queso a la plancha

28
Bulldog Bowl
(pollo tipo palomitas, puré de papas, maíz, salsa y queso)
Panecillo (integral) con mantequilla
Variedad de frutas
Leche baja en grasa o sin grasa
Opción alternativa: Sándwich de queso a la plancha

29
Sándwich de *cheesesteak*
Papas fritas
Ensalada de acompañamiento
Variedad de frutas
Leche baja en grasa o sin grasa
Opción alternativa: Sándwich de queso a la plancha

30
¡Día Nacional de la Manzana con Caramelo!
Bastones de mozzarella empanizados
Salsa marinara
Brócoli
Variedad de frutas
Rodajas de manzana con salsa de caramelo



Las siguientes opciones de comida adicionales están disponibles bajo petición: comida con yogur, comida con cereales, comida con ensalada, comida con sándwich de mantequilla de maní y mermelada (o mantequilla de semillas de girasol).

Solo para escuela secundaria (High School): La opción de comida alternativa diaria es pizza.

WG = Grano integral.