

OCTOBER

Almuerzo de Primaria



MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
Opciones diarias alternativas para el almuerzo: Bagel integral con queso en tiras, ensalada de la huerta con pollo crujiente o queso. Sándwiches: crema de semillas de girasol y mermelada, queso, pavo, disponibles de martes a viernes. Disponible a diario y ofrecido con TODAS LAS COMIDAS: Manzana entera local de Nueva York; clementinas, jugo 100 % de fruta Vegetales frescos con aderezo ranchero: zanahorias baby, rodajas de pepino y ensalada como acompañamiento. Opción de leche: blanca al 2 %, blanca sin grasa o de chocolate sin grasa.			1 Tiras de pollo crujientes o nuggets vegetarianos Servidos con arroz amarillo Frijoles negros estilo Fiesta Melón recién cortado y pasas <i>~Simulacro de emergencia~</i>	2 Pizza A elegir: solo queso o pepperoni de pavo Ensalada de acompañamiento Clementinas Puré de manzana
5 Palitos de pan rellenos de queso servidos con salsa marinara brócoli al vapor Manzana del estado de Nueva York	6 ¡Nachos! Carne de pavo para tacos o frijoles negros servidos con totopos crujientes Acompañamientos: queso cheddar rallado y salsa Elote estilo mexicano Piña fresca y puré de manzana	7 Pollo y waffles Tiras de pollo o nuggets vegetarianos servidos con bastones de waffle y sirope Garbanzos tostados a la canela Crumble de manzana caliente jugo de 100% de fruta	8 Almuerzo para llevar  Bagel con queso en tiras o con mantequilla de semillas de girasol y mermelada zanahorias baby, rodajas de manzana de Nueva York y jugo 100% de fruta <i>~Salida anticipada de primaria~</i>	9 Bagel de pizza con queso Rodajas de pepino Semillas de calabaza tostadas Clementinas Puré de manzana 
12 Día de Colón Día de los Pueblos Indígenas ESCUELAS Y OFICINAS CERRADAS	13 Almuerzo para llevar  Bagel con queso en tiras o con mantequilla de semillas de girasol y mermelada Zanahorias baby, rodajas de manzana de Nueva York y jugo 100% de fruta <i>~Salida anticipada de primaria~</i>	14 Panqueque con jarabe salchicha de pavo o vegetariana bastoncitos de camote rodajas de manzana de NY y jugo 100% de fruta *Día Nacional del Postre* ¡Un dulce de regalo con cada almuerzo!	15 Pasta (Estilo NY) con albóndigas de res en salsa marinara panecillo para cena (con corte superior) brócoli al vapor sazonado manzana entera (NY) y pasas	16 Porción de pizza clásica A elegir: solo queso o pepperoni de pavo Coliflor estilo Buffalo asada Clementinas Puré de manzana
18 Rollito de lasaña de queso Pan de ajo estilo Texas Ensalada de garbanzos Manzana del estado de NY Pasas	20 Hamburguesa de carne o vegetariana con o sin queso en pan integral acompañamientos: pepinillos, ketchup papas fritas crujientes con forma de sonrisa clementinas y puré de manzana	21 Bastoncitos de pan francés salchicha de pavo o vegetariana Servido con jarabe zanahorias glaseadas con jarabe de arce Crumble de manzana caliente Jugo de fruta 100 % natural	22 Macarrones con queso Pasta integral Sfoglini (de NY) en salsa de queso cheddar Pan de maíz brócoli al vapor Manzana entera (de NY) y pasas	23 Pizza A elegir: solo queso o pepperoni de pavo Ensalada de espinacas uvas frescas puré de manzana
25 Bastones de mozzarella crujientes servidos con salsa marinara Nudo de ajo estilo Nueva York Vegetales mixtos sazonados Manzana del estado de Nueva York Pasas	27 ¡Martes de tacos! Tacos crujientes y arroz mexicano Con relleno de pavo o frijoles negros Acompañamientos: queso cheddar rallado y salsa elote estilo mexicano clementinas y puré de manzana	28 Pollo y waffles Tiras de pollo o nuggets vegetarianos servidos con bastones de waffle y sirope garbanzos tostados a la canela rodajas de manzana del estado de NY Jugo 100% de fruta	29 Bocaditos de pollo o nuggets vegetarianos Servidos con un pretzel con forma de calabaza de Halloween Judías verdes al vapor sazonadas Manzana entera del estado de NY pasas	31 ¡ESPELUZANTE! Pizza de pan francés calabaza asada sonrisas de naranja puré de manzana MUESTRAS: ¡Pruébalo! Sidra de manzana *¡Feliz Halloween! *