



Distrito Escolar ampliado de la ciudad de Middletown

UPK - Comidas proporcionadas en ubicaciones externas



Nunca he tomado antibióticos.

Opción de origen vegetal

Octubre de 2026

Por favor, notifique al personal si tiene alguna alergia alimentaria conocida.

El menú está sujeto a cambios sin previo aviso.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			DESAYUNO 1 Mini Yogur Parfait Granola Pepinos Plátano Leche baja en grasa 1% BOCADILLO Cheez its y fruta	DESAYUNO 2 Muffin de frutas WG, queso en tiras, ensalada de melón y brócoli leche baja en grasa al 1%. BOCADILLO Pretzel y Jugo de 4 oz.
DESAYUNO 5 Yogur 4 oz (taza) Queso en hebras NYS 1 oz Galleta Goldfish WG 1 oz Puré de manzana (taza) Zanahorias, leche baja en grasa (1%) BOCADILLO Teddy Graham y Jugo de 4 oz.	DESAYUNO 6 Caja bento de jamón y mozzarella, galletas Goldfish, maíz, rodaja de manzana BOCADILLO Goldfish, palitos de queso y fruta	DESAYUNO 7 Muffin de frutas WG, queso en tiras, melón, ensalada de tres frijoles, leche baja en grasa al 1%. BOCADILLO Galleta y manzana educativas	DESAYUNO 8 Pavo en pan integral rebanado, zanahorias y aderezo ranch, plátano. Leche baja en grasa al 1%. BOCADILLO Fruta variada y 2 palitos de queso	DESAYUNO 9 Hummus y salsa en tarrinas, uvas, queso en hebras NYS, palitos de apio leche baja en grasa al 1%. BOCADILLO Cheez-Its y Jugo de 4 oz.
12 DIA DE CRISTOBAL COLON / DIA DE LOS PUEBLOS INDÍGENAS ¡NO HAY CLASES!	DESAYUNO 13 Yogur 4 oz (taza) Queso en hebras NYS 1 oz Galleta Goldfish WG 1 oz Puré de manzana (taza), Zanahorias, leche baja en grasa (1%) BOCADILLO MJM y Jugos	DESAYUNO 14 Sándwich de salami y queso en pan integral, maíz, leche descremada al 1% con naranja. BOCADILLO 4 oz yogurt & Rebanada de manzana	DESAYUNO 15 Comida de bagel con queso crema bajo en grasa, queso en hebras, ensalada de pepino y leche baja en grasa al 1%. BOCADILLO Goldfish, palitos de queso y fruta	DESAYUNO 16 Muffin de frutas WG con queso en hebras, fruta y rodajas de calabacín. Leche baja en grasa al 1%. BOCADILLO Galleta educativa Manzana
DESAYUNO 19 Yogur de 4 oz Queso en hebras NYS WG Galletas Goldfish Puré de manzana, zanahorias Leche baja en grasa al 1% BOCADILLO Scooby y la taza de frutas	DESAYUNO 20 Ensalada de pasta con coditos, pollo, mozzarella en cubos, ½ taza de rodajas de manzana, tomates cherry, galletas Goldfish o pretzels, leche baja en grasa (1%). BOCADILLO Pretzel y jugo de 4 oz.	DESAYUNO 21 Caja bento de jamón y mozzarella, galletas Goldfish, rodajas de pepino, plátano BOCADILLO ¡ADIÓS! Jugo de 4 onzas	DESAYUNO 22 Sándwich de pavo y queso en pan integral con zanahorias y aderezo ranch, arándanos y leche semidesnatada (1%). BOCADILLO Cheerio y Jugo de 4 oz.	DESAYUNO 23 Mini yogur parfait, granola, tiras de pimienta, rodajas de manzana, leche descremada al 1%. BOCADILLO Cheez its y fruta
DESAYUNO 26 Yogur de 4 oz NYS, queso en hebras, galletas Goldfish, puré de manzana, zanahorias, leche baja en grasa al 1%. BOCADILLO MJM y Jugos	DESAYUNO 27 Bagel con queso crema bajo en grasa, queso en hebras, maíz, rodaja de manzana y leche baja en grasa al 1%. BOCADILLO Teddy Graham y Jugo de 4 oz	DESAYUNO 28 Bagel con queso crema bajo en grasa, pepinos en tiras de queso, puré de manzana y leche baja en grasa al 1%. BOCADILLO Teddy Graham Jugo de 4 onzas	DESAYUNO 29 Sándwich de crema de girasol, apio y aderezo ranch, arándanos, leche baja en grasa BOCADILLO ¡Adiós! Jugo de 4 onzas	DESAYUNO 30 Muffin de frutas WG, queso en tiras, ensalada de tres frijoles con frutas, leche baja en grasa al 1%. BOCADILLO MJM y Jugos

Todas las comidas cumplen con las directrices del Programa Nacional de Almuerzos Escolares y del Programa de Desayunos Escolares, según lo estipulado por HHKFA y las directrices del USDA.

La información nutricional y sobre alérgenos está disponible en MealViewer. Si tiene alguna pregunta, póngase en contacto con la oficina del FNS: foodservice.info@ecsdsm.org

ECSDSM es un empleador que ofrece igualdad de oportunidades.