

# NOVIEMBRE 2026

## ESCUELA PREPARATORIA Y SECUNDARIA DE HEMPSTEAD

## MENÚ DE MEDIODÍA

**ENSALADA SEMANAL DEL CHEF**
**ENSALADA DE POLLO PICANTE, HAMBURGUESAS, HAMBURGUESA CON QUESO SÁNDWICHES DE POLLO, SURTIDO ENVOLTURAS NUGGETS DE POLLO, NACHOS CON CARNE, FRIJOLES Y QUESO**

TODOS LOS ALMUERZOS DEBEN INCLUIR LA OPCIÓN DE:
FRUTAS Y/O VERDURA
Y PUEDE INCLUIR:
LECHE BAJA EN GRASA AL 1%

Powering potential.

| MON | TUES | WED | THURS | FRI |
|---|---|---|---|---|
| 2<br>HOTDOGS EN ELOTE<br>PAPAS HORNEADAS<br>PERA | 3<br>ESCUELA CERRADA | 4<br>ESPAGUETIS CON ALBÓNDIGAS<br>ENSALADA VERDE<br>MANZANA EN RODAJAS | 5<br>POLLO CON MIEL PICANTE<br>PATATAS FRITAS AL HORNO<br>NARANJA | 6<br>PIZZA DE QUESO WG<br>BUFFALO PIZZA<br>ENSALADA DE COL<br>MELON |
| 9<br>HAMBURGUESA CON BACON/ QUESO<br>PAPAS HORNEADAS<br>MANZANA | 10<br>CHICKEN ASADO<br>PAPAS HORNEADAS<br>VERDURAS MIXTAS<br>NARANJA | 11<br>ESCUELA CERRADA | 12<br>PENNE PASTA CON SALSA CON CARNE<br>CHICHAROS Y ZANAHORIAS<br>CIRUELA | 13<br>WG PIZZA DE QUESO Y PEPPERONI<br>ENSALADA DE COL<br>PLÁTANO |
| 16<br>TOSTADA/FRANCESAS<br>SALCHICHA<br>PAPAS AL HORNO<br>PLÁTANO | 17<br>PEPPERONI CALZONE<br>ENSALADA MIXTA<br>MANZANA | 18<br>MUSLOS DE POLLO<br>PAPA AL HORNO<br>NARANJA | 19<br>CHILI FRANK<br>ELOTE<br>PERA | 20<br>WG PIZZA DE QUESO<br>BUFFALO PIZZA<br>ENSALADA DE COL<br>MELÓN |
| 23<br>NUGGETS DE POLLO WG<br>PAPAS HORNEADAS<br>MANDARÍNA | 24<br>ALMUERZO EN BOLSA | 25<br>ALMUERZO EN BOLSA | 26<br>ESCUELA CERRADA | 27<br>ESCUELA CERRADA |
| 30<br>BAKED ZITI<br>POLLO ESTILO PALOMITAS<br>ELOTE<br>NARANJA | | | | |

**Los menús pueden cambiar sin previo aviso.**



Bocadillos (todos en pan WG):Rotación Boars Head Pavo y queso o jamón (P) & Queso, Queso americano, Mantequilla y mermelada Sol

Parfait de fruta y yogur con granola

Almuerzo de bagel: bagel WG con 2 palitos de queso

aramark STUDENT NUTRITION

This institution is an equal opportunity provider.