RALLY CAFE

Desayuno principal de primera calidad
Fruta/4oz de zumo y 8oz de leche
DESAYUNO SERVIDO DIARIAMENTE: Elección de:
Sándwiches de huevo recién hechos, bagels, parfaits de yogur, todos batidos 100% fruta, cereales WG variados, magdalenas WG y mucho más...

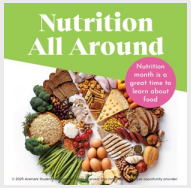
Suffern Central SCHOOL DISTRICT

Si el estudiante desea comprar una comida adicional:
Desayuno: 1,95 $
Comida: 3,35 $
Desayuno para adultos: 3,62 $ + impuestos
Comida para adultos: 5,59 $ + impuestos

# NOVIEMBRE 2026

## ESCUELA SECUNDARIA SUFFERN
## MENÚ DE ALMUERZO

FREE MEALS
For ALL Suffern Central School District Students
COMIDAS GRATIS
Para Estudiantes de Suffern Central

| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---|---|---|---|---|
| 2<br>Bocados de Pollo con Palomitas de WG<br>Palillo de pan integral<br>Monedas de Zanahoria Crujientes<br>Monedas de pepino<br>NY Apple | 3<br>SIN ESCUELA – DÍA DE LA CONFERENCIA DE SUPERINTENDENTES | 4<br>Espaguetis y albóndigas*<br>Panecillo WG<br>Brócoli Bites con dip<br>Calabacín tostado<br>Melón<br>*Carne de vacuno | 5<br>Bistec-ums de ternera<br>Pimientos salteados y cebollas en un WG Hero<br>Twisty Fries<br>Alubias al horno<br>Peras picadas | 6<br>Pizza de queso WG casera, pepperoni* o especialidad<br>o Pizza Sticks<br>Rodajas de pimiento rojo<br>Ensalada de Romana y Espinacas<br>Arándanos<br>*Contiene: cerdo |
| 9<br>Sándwich de queso a la plancha y casero<br>Sopa de pollo con fideos<br>Patatas fritas arrugadas al horno<br>Judías verdes tostadas<br>Lonchas de manzana | 10<br>MEDIO DÍA – SIN COMER<br> | 11<br> | 12<br>Quesadillas de pollo o queso<br>Tu elección en una tortilla WG<br>Salsa y nata agria para mojar<br>Frijoles refritos<br>Espaguetis de calabaza butternut<br>Arándanos | 13<br>Pepperoni CALZONE & Pizza Ranch<br>Masa de galleta hojaldrada rellena de ricotta, mozzarella, parmesano, pepperoni y condimentos italianos. Servido con un acompañamiento de Pizza Ranch<br>Ensalada romana y espinacas con tomates cherry<br>Sandía<br>*Contiene: cerdo |
| 16<br>Alitas de pollo (deshuesadas)<br>Toda carne blanca, pollo deshuesado<br>Servido con waffle WG<br>y queso fundido al lado<br>Maíz mantequilloso<br>Monedas de pepino<br>Compota de manzana y fresa | 17<br>Nachos cargados<br>Tortilla de grano integral coronados<br>Con carne de taco de pavo sazonada,<br>Lechuga rallada, queso y salsa<br>Ensalada ácida de 3 judías<br>Uvas Rojas | 18<br>Macarrones y queso caseros<br>Rebanada de pan francés WG<br>Ensalada César<br>Calabacites y tomates asados<br>Copa de Melada | 19<br>MEDIO DÍA – SIN COMER<br> | 20<br>Pizza Casera<br>Elección de: queso, pepperoni * o Specialty o WG Corn Dogs<br>Picaduras de brócoli<br>Tiras de pimiento naranja<br>Copa de Piña<br>*Contiene: cerdo |
| 23<br>Día de la barbacoa<br>Hamburguesas y perritos calientes<br>Patatas fritas de boniato al horno<br>Patatas de col rizada<br>Copa de Fresa y Granada | 24<br>Cucharas (WG)<br>Con pavo sazonado<br>Carne para tacos, lechuga, queso y Salsa, maíz sazonado y<br>Ensalada de judías del norte y de alubias rojas<br>Cuñas Naranjas | 25<br>WG Pizza de queso casera, pepperoni* o especial o<br>Sándwich de queso a la plancha<br>Picaduras de brócoli<br>Palitos de Zanahoria<br>Peras<br>*Contiene: cerdo | 26<br> | 27 |
| 30<br>WG Mozzarella Sticks<br>Patatas fritas torcidas al horno<br>Palitos crujientes de zanahoria y apio<br>Fresas |  | Este mes se presentó la Oferta de Tiempo Limitado<br> | DISPONIBLE DIARIAMENTE<br>Sándwich americano de queso a la plancha en WW, crema de cacahuete y mermelada en WW, harina de yogur o bocadillo de queso en WW. Sándwiches y ensaladas de charcutería variados, parfaits<br><br>Pizza servida a diario:<br>Queso, pepperoni (contiene cerdo y ternera) y empanadas especiales | Opciones Diarias Alternativas:<br>Perrito caliente del lunes, queso y hamburguesa<br>Nuggets de pollo al horno del martes con cereal<br>Perrito caliente del miércoles, queso y hamburguesa<br>Jueves Poppers de pollo al horno con cereal<br>Queso y hamburguesa del viernes<br><br>LA COMIDA INCLUYE: Leche desnatada, leche desnatada al 1% o leche con chocolate desnatada / Elección de verduras / Elección de fruta / 100% zumo ofrecido |

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.

Consumir carne, aves, mariscos, mariscos o huevos crudos o poco cocinados puede aumentar el riesgo de enfermedades transmitidas por alimentos, especialmente si tienes ciertas condiciones médicas. Si tienes alguna pregunta o deseas más información, por favor contacta con tu Director de Servicio de Alimentación @ 845-357-7783 ext. 11247

**Cereales integrales ofrecidos diariamente