

Septiembre: Menú del almuerzo

Menú de escuelas primarias: Horace Mann, Bates, Bentley, Witchcraft y Sarah Remond

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



1-sep

2-sep

3-sep

¡Bienvenido de nuevo!

Tiras de pollo con palito de pan de ajo o tiras de pollo veganas (V) o sándwich de jamón y queso en panecillo
Verdura del día: Ensalada de col cremosa con repollo local, ensalada de papa casera, fruta variada. Leche: 1%, descremada, sin lactasa, de chocolate.

4-sep

Pizza de queso (V)
O ensalada César de pollo con lechuga romana local y un panecillo WGR.
Verdura del día: Ensalada César con lechuga romana local, tiras de pimiento morrón local y fruta variada. Leche: 1%, desnatada, sin lactasa, de chocolate.

7-sep

No hay escuela

8-sep

¡Desayuno para el almuerzo!
Palitos de tostada francesa con pollo y tocino o yogur (V) o paquete de yogur energético
Verdura del día: Zanahorias locales asadas, patatas fritas caseras de temporada, fruta variada. Leche: 1%, desnatada, sin lactasa, con chocolate.

9-sep

Pollo asado con hueso o tiras de pollo veganas (V) o pavo y queso en un panecillo WGR.
Verdura del día: Frijoles rojos guisados, ensalada de la huerta local, arroz con cilantro y cilantro local.
Leche con frutas variadas: 1%, desnatada, sin lactasa, con chocolate.

10-sep

Ziti horneado casero con salsa de carne o pasta con salsa roja (V) o pavo y queso en una tortilla WW
Verdura del día: Ensalada de la huerta con lechuga local, salsa marinara, vaso de fruta variada. Leche: 1%, desnatada, sin lactasa, de chocolate

11-sep

Pizza de queso (V)
O bien, paquete energético de queso y galletas con frutas y verduras frescas.
Verdura del día: Ensalada de espinacas y lechuga romana locales, verduras asadas al estilo italiano, fruta variada. Leche: 1%, desnatada, sin lactasa, con chocolate.

14-sep

Macarrones con queso y palitos de pescado de eglefino Red's Best o tiras de pollo veganas (V) o sándwich de pavo y queso en panecillo. Verdura del día: rodajas de pepino local, brócoli asado. Fruta variada. Leche: 1%, desnatada, sin lactasa, chocolate.

15-sep

Feliz Mes de la Herencia Hispana 15/9-10/15

Dos tacos de pavo en tortilla con queso rallado o proteína vegetal de raíz profunda (V) o tacos de lentejas. Vegetal del día: salsa de frijoles negros y maíz local. Pico de gallo local, lechuga rallada. Fruta variada. Leche: 1%, descremada, lactasa, chocolate.

16-sep

Día Nacional del Guacamole: Club de Pavo y Aguacate (Pavo, tocino de pollo, queso, lechuga, tomate y guacamole en un pan WGR) o Paquete de Pizza Power
Verdura del día: Coliflor asada, rodajas de pepino local. Leche: 1%, desnatada, sin lactasa, con chocolate.

17-sep

Día Nacional de la Hamburguesa con Queso Hamburguesa o Hamburguesa con Queso o Hamburguesa Vegetariana (V) en un Pan WGR O Hummus y Pan de Pita
Paquete energético con Palitos de Verduras Frescas de la Granja
Verdura del día: Calabacín local, Judías verdes locales, Fruta variada Leche: 1%, Desnatada, Lactaid, Chocolate Condimentos: Mayonesa, Mostaza, Ketchup

18-sep

Pizza de queso (V)
O sándwich de pollo Buffalo y queso en pan. Verdura del día: ensalada de la huerta con lechuga local, ensalada de pasta. Fruta variada. Leche: 1%, desnatada, sin lactasa, con chocolate.

21-sep

Empanada de pollo y queso o Papusa de frijoles y queso (V) o Paquete energético de yogur y granola
Verdura del día: Elote callejero mexicano local, queso fresco con totopos integrales, fruta variada. Leche: 1%, descremada, sin lactasa, con chocolate.

22-sep

Pollo o tofu a la naranja mandarina (V) con arroz frito con verduras o sándwich de ensalada de pollo en pan integral.
Verdura del día: Brócoli asado local, verduras mixtas salteadas, fruta variada. Leche: 1%, desnatada, sin lactasa, con chocolate.

23-sep

Lanzamiento anticipado
Pack energético de yogur y granola (V) Pack energético de hummus y pan de pita (V) Pack energético de pizza
Verdura del día: Ensalada de garbanzos, bastones de zanahoria local, fruta variada. Leche: 1%, desnatada, sin lactasa, con chocolate.

24-sep

¡Día Nacional de la Quesadilla!
Quesadilla de pollo, ternera o queso (V) o paquete de pizza con pan de pita, queso mozzarella y salsa de tomate.
Verdura del día: Salsa, Salsa de frijoles negros y maíz local, Ensalada de confeti de tomate y pepino local Fruta variada Leche: 1%, Desnatada, Lactaid, Chocolate

25-sep

Pizza de queso (V) o wrap de pollo César en tortilla WW
Verdura del día: Ensalada de fresas y espinacas locales, patatas fritas de boniato, fruta variada. Leche: 1%, desnatada, sin lactasa, con chocolate.

28-sep

Pollo a la parmesana con pasta integral - Tiras de pollo veganas disponibles (V) O sándwich de jamón y queso en pan integral
Verdura del día: Patatas rojas asadas locales, judías verdes locales, fruta variada. Leche: 1%, desnatada, sin lactasa, con chocolate.

29-sep

Alitas de pollo a la barbacoa locales y panecillo integral para la cena o tiras de pollo veganas (V) o paquete energético de pizza
Verdura del día: Aros de cebolla, ensalada de col rizada local y arándanos, fruta variada. Leche: 1%, desnatada, sin lactasa, con chocolate.

30-sep

Día Nacional de la Sidra
Sándwich de queso a la plancha estilo Texas Toast con tomate local en pan WW (V) o sándwich de jamón y queso en pan WW.
Verdura del día: Ensalada de col y manzana local, zanahorias asadas con sirope de arce local, sidra de manzana local, fruta variada. Leche: 1%, desnatada, sin lactasa, con chocolate.

1-oct

(V) = Opción vegetariana

2-oct

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades. Nota: Si tiene alguna alergia alimentaria, informe al encargado de la cocina.



SALEM
PUBLIC SCHOOLS
Where belonging leads to opportunity.

HARVEST
MONTH
TOMATOES



SALEM
FOOD AND NUTRITION
SERVICES