

Todos los almuerzos deben incluir la opción de:
Fruta o verdura y puede incluir:
Leche descremada o descremada al 1%



Octubre 2024

6-8

MENÚ DE MEDIODÍA

Del 28 de octubre al 1 de noviembre

Powering potential.

ENTRADA DE OPCIONES

- Barra de ensaladas:
 - Romaine
 - Edamame
 - Col rizada
 - Queso rallado
 - Pepinos
 - Tomates
- Rodajas de pimiento rojo
- Toppings para nachos:
 - Crema agria
 - Aceitunas Negras
 - Jalapeños
 - Salsa

FRUTAS Y VERDURAS

| | MON | TUES | WED | THURS | FRI |
|--|---|---|---|---|--|
| | Tacos de pescado con ensalada cremosa de col Perro caliente | Carne de res y brócoli con arroz Palitos de Bosco con salsa para mojar | Chili Mac Turquía Banh Mi | Tazón de grano mediterráneo Filete frito campestre | Salsa Rosa con garbanzos Espaguetis con palillo de pan Sándwich BLT de pollo |
| | Queso a la parrilla | Nachos de ternera Nachos de frijoles y queso Toppings para nachos | Sándwich de pollo empanizado | Nachos de pollo Nachos de frijoles y queso Toppings para nachos | Hamburguesa con queso Hamburguesa vegetariana |
| | Barra de ensaladas Wrap de pavo y queso | Ensalada César de garbanzos Con panecillo | Barra de ensaladas Wraps de pollo | Ensalada Baja de Verduras Con panecillo | Barra de ensaladas Wrap de pollo, jamón y queso |
| | Hamburguesa vegetariana Hamburguesa con queso | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada | Pizza de pollo Buffalo | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada | Pizza de queso Pepperoni Pizza |
| | Zanahorias bebé Frijoles horneados Manzana fresca Peras en rodajas | Edamame Calabaza al vapor Naranja fresca Compota de manzana | Apio Brócoli al vapor Manzana fresca duraznos en rodajas | Rodajas de pepino Puré de papa Pera fresca Frutas Mixtas | Zanahorias bebé Guisantes de crecho Manzana fresca Mitades de albaricoque |

DISPONIBLE TODOS LOS DÍAS:
Variedades de leche: Descremada, 1%
Condimentos: salsa de tomate, mostaza, mayonesa, aderezo ranchero e italiano, margarina



Esta institución es un igual
Proveedores de oportunidades

Opciones vegetarianas
Disponibles todos los días
Contiene pescado



De origen local Los menús están sujetos a cambios.

Todos los almuerzos deben incluir la opción de:
Fruta o verdura y puede incluir:
Leche descremada o descremada al 1%



Noviembre 2024

6-8

MENÚ DE MEDIODÍA

Del 4 al 8 de noviembre

Powering potential.

ENTRADA DE OPCIONES

- Barra de ensaladas:
- Romaine
 - Edamame
 - Col rizada
 - Queso rallado
 - Pepinos
 - Tomates
 - Rodajas de pimiento rojo
- Toppings para nachos:
- Crema agria
 - Aceitunas Negras
 - Jalapeños
 - Salsa

FRUTAS Y VERDURAS



| | MON | TUES | WED | THURS | FRI |
|--|-------------|-------------|---|---|--|
| | | | Pollo Teriyaki con Verduras y Arroz Quesadilla de queso | Tostadas francesas con hamburguesa de salchicha de pavo Cazuela de enchiladas Con arroz Spanish | Tazón de rollo de huevo Albóndiga Gyro con arroz y pan plano de parmesano |
| | | | Sándwich de pollo empanizado | Nachos de pollo Nachos de frijoles y queso Toppings para nachos | Hamburguesa vegetariana Hamburguesa con queso |
| | | | Barra de ensaladas Wrap de queso y verduras | Ensalada de pollo y queso Con panecillo | Barra de ensaladas Wrap de pavo, jamón y queso |
| | | | Pizza Blanca | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada | Pizza de queso Pepperoni Pizza |
| | | | Apio Brócoli al vapor Manzana fresca duraznos en rodajas | Rodajas de pepino Tater Tots Melocotón fresco Frutas Mixtas | Zanahorias bebé Guisantes de crecho Manzana fresca Mitades de albaricoque |
| | SIN ESCUELA | SIN ESCUELA | | | |

DISPONIBLE TODOS LOS DÍAS:
Variedades de leche: Descremada, 1%
Condimentos: salsa de tomate, mostaza, mayonesa, aderezo ranchero e italiano, margarina

Esta institución es un igual
Proveedores de oportunidades

Opciones vegetarianas
Disponibles todos los días
Contiene pescado
De origen local



Los menús están sujetos a cambios.

Todos los almuerzos deben incluir la opción de:
Fruta o verdura y puede incluir:
Leche descremada o descremada al 1%



Noviembre 2024

6-8

MENÚ DE MEDIODÍA

Del 11 al 15 de noviembre

Powering potential.

ENTRADA DE OPCIONES

- Barra de ensaladas:
 - Romaine
 - Edamame
 - Col rizada
 - Queso rallado
 - Pepinos
 - Tomates
- Rodajas de pimiento rojo
- Toppings para nachos:
 - Crema agria
 - Aceitunas Negras
 - Jalapeños
 - Salsa

FRUTAS Y VERDURAS



SIN ESCUELA

| MON | TUES | WED | THURS | FRI |
|-----|---|--|--|--|
| | Macarrones con queso O Macarrones con queso y pollo Buffalo | Tazón de pollo con palomitas de maíz campestre con panecillo Sub de albóndigas | <u>Comida festiva de otoño</u> Pavo asado con salsa O Albóndigas vegetarianas | Penne horneado con queso Gofres de huevoji Salchicha de pavo Patty |
| | Nachos de ternera Nachos de frijoles y queso Toppings para nachos | Sándwich de pollo empanizado | Con panecillo y relleno | Hamburguesa con queso Hamburguesa vegetariana |
| | Chicken Caesar Salad With dinner roll | Barra de ensaladas Wrap de tres quesos | Ensalada de Nacho de Ternera Con panecillo | Barra de ensaladas Wrap de pollo, jamón y queso |
| | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada | Pizza de pollo a la barbacoa | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada | Pizza de queso Pepperoni Pizza |
| | Edamame Calabaza al vapor Naranja fresca Compota de manzana | Apio Brócoli al vapor Manzana fresca duraznos en rodajas | Puré de papa Guisantes verdes Manzana fresca Frutas Mixtas | Zanahorias bebé Frijoles negros Manzana fresca Mitades de albaricoque |

DISPONIBLE TODOS LOS DÍAS:
 Variedades de leche: Descremada, 1%
 Condimentos: salsa de tomate, mostaza, mayonesa, aderezo ranchero e italiano, margarina

Opciones vegetarianas
 Disponible todos los días
 Contiene pescado
 De origen local

Esta institución es un igual
 Proveedores de oportunidades



Los menús están sujetos a cambios.

Todos los almuerzos deben incluir la opción de:
Fruta o verdura y puede incluir:
Leche descremada o descremada al 1%



Noviembre 2024

6-8

MENÚ DE MEDIODÍA

Del 18 al 22 de Noviembre

Powering potential.

ENTRADA DE OPCIONES

- Barra de ensaladas:
Romaine
Edamame
Col rizada
Queso rallado
Pepinos
Tomates
- Rodajas de pimiento rojo
- Toppings para nachos:
Crema agria
Aceitunas Negras
Jalapeños
Salsa

FRUTAS Y VERDURAS

| MON | TUES | WED | THURS | FRI |
|---|--|---|---|--|
| Pescado empanizado derretido Pollo a la parmesana con espaguetis | Tazón de tortilla de frijoles y carne de res Perro Chili | Penne Alfredo con Pollo con Palitos de Pan Tacos de frijoles y queso | Día Internacional de la Alimentación: Vegetariano Trinitense Sopa de maíz Con panecillo | Macarrones con queso Teriyaki Dedos de ternera y palitos de pan |
| Queso a la parrilla | Nachos de ternera Nachos de frijoles y queso Toppings para nachos | Sándwich de pollo empanizado | Nachos de pollo Nachos de frijoles y queso Toppings para nachos | Hamburguesa con queso Hamburguesa vegetariana |
| Barra de ensaladas Wrap de pavo y queso | Ensalada César de garbanzos con panecillo | Barra de ensaladas Wrap de pollo asiático | Ensalada de pollo ranchero Con panecillo | Barra de ensaladas Wrap de pavo, jamón y queso |
| Hamburguesa vegetariana Hamburguesa con queso | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada | Pizza de pollo griega | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada | Pizza de queso Pepperoni Pizza |
| Calabaza asada Guisantes de crecho Manzana fresca Peras en rodajas | Brócoli fresco Maíz al vapor Naranja fresca Día Internacional de la Alimentación: Bagatela de manzana danesa | Apio Calabaza al vapor Manzana fresca duraznos en rodajas | Rodajas de pepino Frijol negro Pera fresca Frutas Mixtas | Zanahorias bebé Edamame Manzana fresca Mitades de albaricoque |

AVAILABLE DAILY:

- Milk Varieties: Skim, 1%
- Condiments – Ketchup, Mustard, Mayo, Ranch & Italian Dressing, Margarine

Vegetarian Options Available Daily
Contains Fish
Locally Sourced

This institution is an equal opportunity providers



Menus are subject to change.

Todos los almuerzos deben incluir la opción de:
Fruta o verdura y puede incluir:
Leche descremada o descremada al 1%



Noviembre 2024

6-8

MENÚ DE MEDIODÍA

25 de Noviembre-29 de Noviembre

Powering potential.

ENTRADA DE OPCIONES

- Barra de ensaladas:
- Romaine
- Edamame
- Col rizada
- Queso rallado
- Pepinos
- Tomates
- Rodajas de pimiento rojo
- Toppings para nachos:
- Crema agria
- Aceitunas Negras
- Jalapeños
- Salsa

FRUTAS Y VERDURAS

| | MON | TUES | WED | THURS | FRI |
|--|---|---|-------------|-------------|-------------|
| | Hamburguesa vegetariana Hamburguesa con queso | -Sándwich de pollo empanizado | | | |
| | Queso a la parrilla | Nachos de ternera Nachos de frijoles y queso Toppings para nachos | | | |
| | Barra de ensaladas Wrap de pavo y queso | Ensalada de la huerta con queso con panecillo | | | |
| | | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada | | | |
| | | | SIN ESCUELA | SIN ESCUELA | SIN ESCUELA |
| | Zanahorias baby Rodajas de pimiento rojo Manzana fresca Peras en rodajas | Edamame Palitos de apio Pera fresca Compota de manzana | | | |

DISPONIBLE TODOS LOS DÍAS:
Variedades de leche: Descremada, 1%
Condimentos: salsa de tomate, mostaza, mayonesa, aderezo ranchero e italiano, margarina

Esta institución es un igual
Proveedores de oportunidades

Opciones vegetarianas
Disponibles todos los días
Contiene pescado
De origen local



Los menús están sujetos a cambios.



DISTRICT OF COLUMBIA
PUBLIC SCHOOLS

Noviembre 2024

MENÚ FFVP

| MON | TUES | WED | THURS | FRI |
|-------------|--|--|--|-------------|
| | | | | 1 |
| SIN ESCUELA | SIN ESCUELA | 6 | Rodajas de 7 pimiento rojo con hummus  | 8 |
| SIN ESCUELA | Popurrí de 12 melón  | Remolacha 13 cortada en cubitos  | Manzana y 14 uvas  | 15 |
| 18 | Brécol/ 19 Mix de coliflor con rancho  | Papaya 20  | Chirivías 21  | 22 |
| 25 | Arándanos 26  | SIN ESCUELA | SIN ESCUELA | SIN ESCUELA |



Powering potential.™



El Programa de Frutas y Verduras Frescas (FFVP, por sus siglas en inglés) es un programa asistido por el gobierno federal que proporciona frutas y verduras frescas gratuitas a los niños en las escuelas primarias elegibles durante el día escolar.



Los menús están sujetos a cambios.

*Las imágenes sirven como ejemplo. Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.



DISTRICT OF COLUMBIA
PUBLIC SCHOOLS

Noviembre 2024

MENÚ FFVP

| MON | TUES | WED | THURS | FRI |
|-------------|---|---|-------------|---|
| | | | | 1 |
| SIN ESCUELA | SIN ESCUELA | 6 | 7 | Rodajas de ⁸ pimiento rojo con hummus  |
| SIN ESCUELA | Popurrí de melón ¹²  | Remolacha ¹³ cortada en cubitos  | 14 | Manzana y uvas ¹⁵  |
| 18 | Brécol/ ¹⁹ Mix de coliflor con rancho  | Papaya ²⁰  | 21 | Chirivías ²²  |
| 25 | Arándanos ²⁶  | SIN ESCUELA | SIN ESCUELA | SIN ESCUELA |



Powering potential.™



El Programa de Frutas y Verduras Frescas (FFVP, por sus siglas en inglés) es un programa asistido por el gobierno federal que proporciona frutas y verduras frescas gratuitas a los niños en las escuelas primarias elegibles durante el día escolar.



Los menús están sujetos a cambios.

*Las imágenes sirven como ejemplo. Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.

Todos los almuerzos deben incluir la opción de:
Fruta o verdura y puede incluir:
Leche descremada o descremada al 1%



Octubre 2024

9-12

MENÚ DE MEDIODÍA

Del 28 de octubre al 1 de noviembre

Powering potential.

ENTRADA DE OPCIONES

- Barra de ensaladas:
- Romaine
- Edamame
- Col rizada
- Queso rallado
- Pepinos
- Tomates
- Rodajas de pimiento rojo
- Toppings para nachos:
- Crema agria
- Aceitunas Negras
- Jalapeños
- Salsa

FRUTAS Y VERDURAS

| | MON | TUES | WED | THURS | FRI |
|--|---|--|---|---|--|
| | Tacos de pescado con ensalada cremosa de col Perro caliente | Carne de res y brócoli con arroz Palitos Bosco con salsa para mojar | Chili Mac Turquía Banh Mi | Tazón de grano mediterráneo Filete frito campestre Con panecillo | Salsa Rosa de Pollo con Penne con palitos de pan Sándwich BLT de pollo |
| | Hamburguesa con queso Hamburguesa vegetariana | Queso a la parrilla | Hamburguesa con queso Hamburguesa vegetariana | Sándwich de pollo empanizado | Hamburguesa con queso Hamburguesa vegetariana |
| | Barra de ensaladas Turkey and Cheese Wrap | Ensalada César de pollo Ensalada de la huerta con queso con panecillo | Barra de ensaladas Wraps de pollo | Ensalada de la huerta con ensalada de queso Ensalada Baja de Verduras Con panecillo | Barra de ensaladas Wrap de pollo, jamón y queso |
| | Pizza de queso Pepperoni Pizza | Nachos de ternera Nachos de frijoles y queso Toppings para nachos | Pizza de pollo Buffalo | Nachos de pollo Nachos de frijoles y queso Toppings para nachos | Pizza de queso Pepperoni Pizza |
| | Zanahorias bebé Frijoles horneados Manzana fresca Peras en rodajas | Edamame Calabaza al vapor Naranja fresca Compota de manzana | Apio Brócoli al vapor Manzana fresca duraznos en rodajas | Rodajas de pepino Puré de papa Pera fresca Frutas Mixtas | Zanahorias bebé Guisantes de crecho Manzana fresca Mitades de albaricoque |



DISPONIBLE TODOS LOS DÍAS:
Sándwich de mantequilla y mermelada
Variedades de leche: Descremada, 1%
Condimentos: salsa de tomate, mostaza, mayonesa, aderezo ranchero e italiano, margarina

Opciones vegetarianas
Disponibles todos los días
Contiene pescado
De origen local

Esta institución es un igual
Proveedores de oportunidades



Los menús están sujetos a cambios.

Todos los almuerzos deben incluir la opción de:
Fruta o verdura y puede incluir:
Leche descremada o descremada al 1%



Noviembre 2024

9-12 MENÚ DE MEDIODÍA

Del 4 al 8 de noviembre

Powering potential.

ENTRADA DE OPCIONES

- Barra de ensaladas:
Romaine
Edamame
Col rizada
Queso rallado
Pepinos
Tomates
Rodajas de pimiento rojo
- Toppings para nachos:
Crema agria
Aceitunas Negras
Jalapeños
Salsa

FRUTAS Y VERDURAS



| | MON | TUES | WED | THURS | FRI |
|--|-------------|-------------|---|---|--|
| | | | Pollo Teriyaki con Verduras y Arroz Quesadilla de queso | Tostadas francesas con hamburguesa de salchicha de pavo Cazuela de enchiladas Con arroz Spanish | Tazón de rollo de huevo Albóndiga Gyro con arroz y pan plano de parmesano |
| | | | Hamburguesa con queso Hamburguesa vegetariana | Queso a la parrilla | Hamburguesa con queso Hamburguesa vegetariana |
| | | | Barra de ensaladas Wrap de queso y verduras | Ensalada de pollo y queso Ensalada de la huerta con queso Con panecillo | Barra de ensaladas Wrap de pollo, jamón y queso |
| | | | Pizza Blanca | Nachos de pollo Nachos de frijoles y queso Toppings para nachos | Pizza de queso Pepperoni Pizza |
| | | | Rodajas de pimiento rojo Brócoli al vapor Manzana fresca duraznos en rodajas | Rodajas de pepino Tater Tots Melocotón fresco Frutas Mixtas | Zanahorias bebé Guisantes de crecho Manzana fresca Mitades de albaricoque |
| | SIN ESCUELA | SIN ESCUELA | | | |

Frutas cortadas en cubitos

DISPONIBLE TODOS LOS DÍAS:
Sándwich de mantequilla y mermelada
Variedades de leche: Descremada, 1%
Condimentos: salsa de tomate, mostaza, mayonesa, aderezo ranchero e italiano, margarina

Esta institución es un igual
Proveedores de oportunidades

Opciones vegetarianas
Disponibles todos los días
Contiene pescado
De origen local



Los menús están sujetos a cambios.

Todos los almuerzos deben incluir la opción de:
Fruta o verdura y puede incluir:
Leche descremada o descremada al 1%



Noviembre 2024

9-12

MENÚ DE MEDIODÍA

Del 11 al 15 de noviembre

Powering potential.

ENTRADA DE OPCIONES

- Barra de ensaladas:
- Romaine
- Edamame
- Col rizada
- Queso rallado
- Pepinos
- Tomates
- Rodajas de pimiento rojo
- Toppings para nachos:
- Crema agria
- Aceitunas Negras
- Jalapeños
- Salsa

FRUTAS Y VERDURAS



| | MON | TUES | WED | THURS | FRI |
|---------------------------|-----|--|---|--|--|
| <p>SIN ESCUELA</p> | | <p>Comida Nacional de la Herencia Hispana Arroz Con Pollo</p> | <p>Tazón de pollo con palomitas de maíz campestre con panecillo Sub de albóndigas</p> | <p>Comida festiva de otoño Pavo asado con salsa ○ Albóndigas vegetarianas</p> | <p>Penne horneado con queso Gofres de huevoji Salchicha de pavo Patty</p> |
| | | <p>Sándwich de pollo empanizado</p> | <p>Hamburguesa con queso Hamburguesa vegetariana</p> | <p>Con panecillo y relleno</p> | <p>Hamburguesa con queso Hamburguesa vegetariana</p> |
| | | <p>Ensalada César de pollo Ensalada de la huerta con queso con panecillo</p> | <p>Barra de ensaladas Wrap de tres quesos</p> | <p>Ensalada de Nacho de Ternera Ensalada de la huerta con queso Con panecillo</p> | <p>Barra de ensaladas Wrap de pollo, jamón y queso</p> |
| | | <p>Nachos de ternera Nachos de frijoles y queso Toppings para nachos</p> | <p>Pizza de pollo a la barbacoa</p> | | <p>Pizza de queso Pepperoni Pizza</p> |
| | | <p>Edamame Calabaza al vapor Naranja fresca Compota de manzana</p> | <p>Rodajas de pimiento rojo Brócoli al vapor Manzana fresca duraznos en rodajas</p> | <p>Puré de papa Guisantes verdes Manzana fresca Frutas Mixtas</p> | <p>Zanahorias bebé Frijoles negros Manzana fresca Mitades de albaricoque</p> |

Frutas cortadas en cubitos

Sándwich de mantequilla y mermelada
Variedades de leche: Descremada, 1%
Condimentos: salsa de tomate, mostaza, mayonesa, aderezo ranchero e italiano, margarina

Esta institución es un igual
Proveedores de oportunidades

Opciones vegetarianas
Disponibles todos los días



Contiene pescado

De origen local

Los menús están sujetos a cambios.

Todos los almuerzos deben incluir la opción de:
Fruta o verdura y puede incluir:
Leche descremada o descremada al 1%



Noviembre 2024

9-12

MENÚ DE MEDIODÍA

Del 18 al 22 de Noviembre

Powering potential.

ENTRADA DE OPCIONES

- Barra de ensaladas:
- Romaine
- Edamame
- Col rizada
- Queso rallado
- Pepinos
- Tomates
- Rodajas de pimiento rojo
- Toppings para nachos:
- Crema agria
- Aceitunas Negras
- Jalapeños
- Salsa

FRUTAS Y VERDURAS

| | MON | TUES | WED | THURS | FRI |
|--|---|--|--|---|--|
| | Pescado empanizado derretido Pollo a la parmesana con espaguetis | Tazón de tortilla de frijoles y carne de res Perro Chili | Penne Alfredo con Pollo con Palitos de Pan Tacos de frijoles y queso | Día Internacional de la Alimentación: Vegetariano Trinitense Sopa de maíz Con panecillo | Macarrones con queso Dedos de ternera teriyaki con arroz y palitos de pan |
| | Hamburguesa con queso Hamburguesa vegetariana | Queso a la parrilla | Hamburguesa con queso Hamburguesa vegetariana | Sándwich de pollo empanizado | Hamburguesa con queso Hamburguesa vegetariana |
| | Barra de ensaladas Wrap de pavo y queso | Ensalada César de pollo Ensalada de la huerta con queso con panecillo | Barra de ensaladas Wrap de pollo asiático | Ensalada de pollo ranchero Ensalada de la huerta con queso Con panecillo | Barra de ensaladas Wrap de pollo, jamón y queso |
| | Pizza de queso Pepperoni Pizza | Nachos de ternera Nachos de frijoles y queso Toppings para nachos | Pizza de pollo griega | Nachos de pollo Nachos de frijoles y queso Toppings para nachos | Pizza de queso Pepperoni Pizza |
| | | Lto Especial: Chisi Horneado de Enchilada Charijo | Lto Especial: Chisi Horneado de Enchilada Charijo | Lto Especial: Chisi Horneado de Enchilada Charijo | |
| | Calabaza asada Guisantes de crecho Manzana fresca Peras en rodajas | Brócoli fresco Maíz al vapor Naranja fresca Día Internacional de la Alimentación: Bagatela de manzana danesa | Rodajas de pimiento rojo Calabaza al vapor Manzana fresca duraznos en rodajas | Rodajas de pepino Maíz al vapor Pera fresca Frutas Mixtas | Zanahorias bebé Edamame Manzana fresca Mitades de albaricoque |



DISPONIBLE TODOS LOS DÍAS:
Sándwich de mantequilla y mermelada
Variedades de leche: Descremada, 1%
Condimentos: salsa de tomate, mostaza, mayonesa, aderezo ranchero e italiano, margarina

Opciones vegetarianas
Disponibles todos los días
Contiene pescado
De origen local

Esta institución es un igual
Proveedores de oportunidades



Los menús están sujetos a cambios.

Todos los almuerzos deben incluir la opción de:
Fruta o verdura y puede incluir:
Leche descremada o descremada al 1%



Noviembre 2024

9-12

MENÚ DE MEDIODÍA

25 de Noviembre-29 de Noviembre

Powering potential.

ENTRADA DE OPCIONES

- Barra de ensaladas:
 - Romaine
 - Edamame
 - Col rizada
 - Queso rallado
 - Pepinos
 - Tomates
- Rodajas de pimiento rojo
- Toppings para nachos:
 - Crema agria
 - Aceitunas Negras
 - Jalapeños
 - Salsa

FRUTAS Y VERDURAS

| | MON | TUES | WED | THURS | FRI |
|--|---|--|-------------|-------------|-------------|
| | Hamburguesa con queso Hamburguesa vegetariana | -Sándwich de pollo empanizado | | | |
| | Barra de ensaladas Wrap de pavo y queso | Queso a la parrilla | | | |
| | Pizza de queso Pepperoni Pizza | Ensalada César de pollo Ensalada de la huerta con queso con panecillo | SIN ESCUELA | SIN ESCUELA | SIN ESCUELA |
| | | Nachos de ternera Nachos de frijoles y queso Toppings para nachos | | | |
| | Zanahorias baby Rodajas de pimiento rojo Manzana fresca Peras en rodajas | Edamame Palitos de apio Pera fresca Compota de manzana | | | |



DISPONIBLE TODOS LOS DÍAS:
Sándwich de mantequilla y mermelada
Variedades de leche: Descremada, 1%
Condimentos: salsa de tomate, mostaza, mayonesa, aderezo ranchero e italiano, margarina

Opciones vegetarianas
Disponibles todos los días
Contiene pescado
De origen local

Esta institución es un igual
Proveedores de oportunidades



Los menús están sujetos a cambios.



Noviembre 2024

MENÚ DE LA CENA

| MON | TUES | WED | THURS | FRI |
|---|---|--|--|---|
| | | | | ¹ Sunbutter and Jelly Sandwich Fresh Pear Celery Stick |
| SIN ESCUELA | SIN ESCUELA | ⁶ Sándwich de pavo a la parrilla, jamón y queso Sándwich de mantequilla de sol y mermelada Naranja fresca Garbanzos | ⁷ Burrito de carne de res o frijoles Naranja fresca Maíz al vapor | ⁸ Nuggets de pescado con panecillo Nuggets de pollo vegetarianos con panecillo Pera fresca Palillo de apio |
| SIN ESCUELA | ¹² Perrito caliente de pavo Sándwich de mantequilla de sol y mermelada Pera fresca Floretes de brócoli | ¹³ Derretimiento de Joe Sloppy Lentejas Sloppy Joe Melt Naranja fresca Garbanzos | ¹⁴ Hamburguesa vegetariana Nuggets de pollo con panecillo Plátano fresco Palitos de apio | ¹⁵ Queso y Sub vegetariano Sub de pavo y queso Pera fresca Maíz al vapor |
| ¹⁸ Wrap de pollo ranchero Envoltura de queso Manzana fresca Rodajas de pepino | ¹⁹ Sándwich de mantequilla de sol y mermelada Pera fresca Floretes de brócoli | ²⁰ Pollo derretido con miel y mostaza empanizada Sub de verduras asadas Naranja fresca Garbanzos | ²¹ Tostadas francesas con salchicha de pavo o salchicha vegetariana Plátano fresco Palitos de apio | ²² Quesadilla de queso Pera fresca Maíz al vapor |
| ²⁵ Wrap de pavo y queso Wrap de verduras asadas Manzana fresca Rodajas de pepino | ²⁶ Hamburguesa con queso Hamburguesa vegetariana Pera fresca Floretes de brócoli | SIN ESCUELA | SIN ESCUELA | SIN ESCUELA |

Todas las cenas deben incluir la elección de: Frutas y/o Verdura y puede incluir: Leche baja en grasa al 1%

Powering potential.™

Los menús están sujetos a cambios.



Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.



Octubre 2024

Menú de desayuno ECE

| | MON | TUES | WED | THURS | FRI |
|-------------|--|---|--|--|---|
| | | | | | ¹ Turkey Sausage or Veggie Sausage Bagel Orange Juice |
| SIN ESCUELA | | ⁵ Salchicha de pavo o salchicha vegetariana y galleta de queso Zumo de naranja | ⁶ Rice Chex Cereal Plátano | ⁷ Bagel de huevo y queso Naranja fresca | ⁸ Avena de manzana durante la noche Piña |
| SIN ESCUELA | | ¹² Gofres de huevoji Pera fresca | ¹³ Tacos de huevo y queso Zumo de naranja | ¹⁴ Muffin de manzana y canela cuadrado Naranja fresca | ¹⁵ Bocaditos de panqueques Zumo de naranja |
| | ¹⁸ Pan de calabaza para el desayuno Pera fresca | ¹⁹ Bagel de huevo y queso Zumo de naranja | ²⁰ Chex de arroz Cereal Plátano | Salchicha de pavo o salchicha vegetariana con huevo en galleta Naranja fresca | ²² Mini bocados de panqueques de salchicha de pollo Bagel de canela y pasas con queso crema Zumo de naranja |
| | ²⁵ Tapa de muffins de arándanos Pera fresca | ²⁶ Rice Chex Cereal Zumo de naranja | SIN ESCUELA | SIN ESCUELA | SIN ESCUELA |

Todos los almuerzos deben incluir la opción de:
Frutas y/o Verdura y puede incluir:
Leche baja en grasa al 1%

Powering potential.™

Los menús están sujetos a cambios.



Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.



Septiembre 2024

ECE Menú de Almuerzo

| MON | TUES | WED | THURS | FRI |
|---|---|---|---|--|
| | | | | 1 |
| SIN ESCUELA | SIN ESCUELA | 6 Quesadilla de queso Brócoli al vapor Manzana fresca | 7 Tostadas francesas con salchicha de pavo O hamburguesa de salchicha vegetariana Tater Tots Manzana fresca | 8 Pizza de queso Pepperoni Pizza Guisantes de crecho Manzana fresca |
| SIN ESCUELA | 12 Queso a la parrilla Edamame Naranja fresca | 13 Nuggets de pollo con panecillo Wrap de tres quesos Brócoli al vapor Manzana fresca | 14 Penne horneado con queso Rodajas de pepino Manzana fresca | 15 Pizza de queso Tazón de pollo y quinua Zanahorias bebé Manzana fresca |
| 18 Pollo a la parmesana con espaguetis Sándwich de mantequilla de sol y mermelada Calabaza asada Manzana fresca | 19 Macarrones con queso Guisantes verdes Día Internacional de la Alimentación: Bagatela de manzana danesa | 20 Penne Alfredo con Pollo Tacos de frijoles y queso Brócoli al vapor Manzana fresca | 21 Día Internacional de la Alimentación: Vegetariano Trinitense Sopa de maíz Con panecillo Rodajas de pepino Frutas Mixtas | 22 Pizza de queso Pepperoni Pizza Frijoles horneados Manzana fresca |
| 25 Nachos de ternera o vegetarianos Frijoles negros Manzana fresca | 26 Sándwich De Pollo Empanizado O Sándwich De Mantequilla Y Mermelada Edamame Pera Fresca | SIN ESCUELA | SIN ESCUELA | SIN ESCUELA |

Todos los almuerzos deben incluir la opción de:
Frutas y/o Verdura y puede incluir:
Leche baja en grasa al 1%

Powering potential.™

Los menús están sujetos a cambios.





DISTRICT OF COLUMBIA
PUBLIC SCHOOLS

Noviembre 2024

MENÚ DE MERIENDAS

| MON | TUES | WED | THURS | FRI |
|---|--|---|--|--|
| | | | | ¹ Sunbutter con galletas de animales |
| SIN ESCUELA | SIN ESCUELA | ⁶ Pez dorado pretzel con gajos de naranja fresca | ⁷ Barrita Nutrigrain de Arándanos y Manzana Fresca | ⁸ Palitos de pretzel y zanahorias tiernas y rancho de suero de leche |
| SIN ESCUELA | ¹² Mini pretzel horneado con queso en tiras | ¹³ Bocaditos de galletas Tiger Graham con plátano fresco | ¹⁴ Pan de calabaza con pera fresca | ¹⁵ Rodajas de manzana fresca con queso en tiras |
| ¹⁸ Muffin de chocolate integral Manzana fresca | ¹⁹ Sunbutter con Plátano Fresco | ²⁰ Bagel de canela y pasas con gelatina Naranja fresca | ²¹ Mini Pretzel al horno con queso en tiras | ²² Brócoli con Buttermilk Ranch Manzana Fresca |
| ²⁵ Bagel con gelatina Plátano fresco | ²⁶ Cheez-its con brócoli fresco con rancho de suero de leche | SIN ESCUELA | SIN ESCUELA | SIN ESCUELA |

Powering potential.™

Los menús están sujetos a cambios.



Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.

Todos los almuerzos deben incluir la opción de:
Fruta o verdura y puede incluir:
Leche descremada o descremada al 1%



October 2024

K-5 MENÚ DE MEDIODÍA

October 28- November 1

Powering potential.

ENTRADA DE OPCIONES

| | MON | TUES | WED | THURS | FRI |
|--|--|--|---|---|--|
| | Hamburguesa con queso Hamburguesa vegetariana | Carne de res y brócoli con arroz | Chili Mac | Tazón de grano mediterráneo | Pizza de queso Pepperoni Pizza |
| | Pollo y Salsa Rosa con Penne | Palillo de pan Max Snax con salsa para mojar | Bocaditos de pescado con panecillo | Bistec frito campestre con salsa | Sándwich BLT de pollo |
| | Color Cheddar Goldfish Crackers Cheddar Cheese Jamón Paquete de almuerzo | Ensalada de la huerta con queso con panecillo | Wraps de pollo | Ensalada Baja de Verduras Con panecillo | Pack de Pretzel, Yogur de Vainilla y Queso |
| | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada |
| | | | | | |
| | Zanahorias bebé Frijoles horneados Manzana Fresca Peras en rodajas | Edamame Calabaza al vapor Naranja fresca Compota de manzana | Apio Brócoli al vapor Manzana fresca duraznos en rodajas | Rodajas de pepino Puré de papa Pera fresca Frutas Mixtas | Zanahorias bebé Guisantes de crecho Manzana Fresca Halv de albaricoques |

FRUTAS Y VERDURAS



DISPONIBLE TODOS LOS DÍAS:
Variedades de leche: Descremada, 1%
Condimentos: salsa de tomate, mostaza, mayonesa, aderezo ranchero e italiano, margarina

Esta institución es un igual
Proveedores de oportunidades

Opciones vegetarianas
Disponibile todos los días
Contiene pescado
De origen local



Los menús están sujetos a cambios.

Todos los almuerzos deben incluir la opción de:
Fruta o verdura y puede incluir:
Leche descremada o descremada al 1%



Noviembre 2024

K-5 MENÚ DE MEDIODÍA

Del 4 al 8 de noviembre

Powering potential.

ENTRADA DE OPCIONES

| | MON | TUES | WED | THURS | FRI |
|-------------|-------------|------|---|--|---|
| | | | Albóndigas de pollo o verduras Arroz frito con huevo | Tostadas francesas con hamburguesa de salchicha de pavo | Pizza de queso Pepperoni Pizza |
| | | | Quesadilla de queso | Cazuela de Enchiladas con Arroz Español | Tazón de pollo y quinua con panecillo |
| | | | Wrap de queso y verduras | Ensalada de pollo y queso con panecillo | Pack de Pretzel, Yogur de Vainilla y Queso |
| SIN ESCUELA | SIN ESCUELA | | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada |
| | | | | | |
| | | | Apio Brócoli al vapor Manzana fresca duraznos en rodajas | Rodajas de pepino Tater Tots Melocotón fresco Frutas Mixtas | Zanahorias bebé Guisantes de crecho Manzana fresca Mitades de albaricque |

FRUTAS Y VERDURAS



DISPONIBLE TODOS LOS DÍAS:
Variedades de leche: Descremada, 1%
Condimentos: salsa de tomate, mostaza, mayonesa, aderezo ranchero e italiano, margarina

Esta institución es un igual
Proveedores de oportunidades

Opciones vegetarianas
Disponibles todos los días

Contiene pescado

De origen local



Los menús están sujetos a cambios.

Todos los almuerzos deben incluir la opción de:
Fruta o verdura y puede incluir:
Leche descremada o descremada al 1%



Noviembre 2024

K-5 MENÚ DE MEDIODÍA

Del 11 al 15 de noviembre

Powering potential.

ENTRADA DE OPCIONES

FRUTAS Y VERDURAS

| | MON | TUES | WED | THURS | FRI |
|-------------|-----|--|---|--|---|
| SIN ESCUELA | | 4- Macarrones con queso y queso | Tazón de pollo con palomitas de maíz campestre con panecillo | Comida festiva de otoño Pavo asado con salsa O Albóndigas vegetarianas | Pizza de queso Pepperoni Pizza |
| | | Queso a la parrilla | Sub de albóndigas | Con panecillo y relleno | Tazón de pollo y quinua con panecillo |
| | | Ensalada de col rizada y zanahoria | Wrap de tres quesos | Ensalada de Nacho de Ternera con panecillo | Pack de Pretzel, Yogur de Fresa y Queso |
| | | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada |
| | | | | | |
| | | Edamame Calabaza al vapor Naranja fresca Compota de manzana | Apio Brócoli al vapor Manzana fresca duraznos en rodajas | Puré de papa Guisantes verdes Manzana fresca Frutas Mixtas | Zanahorias bebé Guisantes verdes Manzana fresca Mitades de albaricoque |

DISPONIBLE TODOS LOS DÍAS:
Variedades de leche: Descremada, 1%
Condimentos: salsa de tomate, mostaza, mayonesa, aderezo ranchero e italiano, margarina

Opciones vegetarianas
Disponibles todos los días

Contiene pescado

De origen local

Esta institución es un igual
Proveedores de oportunidades



Los menús están sujetos a cambios.

Todos los almuerzos deben incluir la opción de:
Fruta o verdura y puede incluir:
Leche descremada o descremada al 1%



Noviembre 2024

K-5 MENÚ DE MEDIODÍA

Del 18 al 22 de Noviembre

Powering potential.

ENTRADA DE OPCIONES

| | MON | TUES | WED | THURS | FRI |
|--|---|--|---|---|---|
| | Perrito caliente con chile | Tazón de tortilla de frijoles y carne de res | Penne Alfredo con Pollo con Palitos de Pan | Día Internacional de la Alimentación: Vegetariano Trinitense Sopa de maíz Con panecillo | Pizza de queso Pepperoni Pizza |
| | Pollo a la parmesana con espaguetis | Macarrones con queso | Tacos de frijoles y queso | Pescado empanizado derretido | Teriyaki Dedos de ternera y palitos de pan |
| | Wrap de pavo y queso | Ensalada de la huerta con queso con panecillo | Wrap de pollo asiático | Ensalada de pollo ranchero | Pack de Pretzel, Yogur de Vainilla y Queso |
| | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada |
| | | | | | |
| | Calabaza asada Calabaza al vapor Manzana fresca Peras en rodajas | Brócoli fresco Maíz al vapor Naranja fresca Día Internacional de la Alimentación: Bagatela de manzana danesa | Apio Brócoli al vapor Manzana fresca duraznos en rodajas | Crodajas de pepino Maíz al vapor Melón fresco Frutas Mixtas | Zanahorias bebé Frijoles horneados Manzana fresca Mitades de albaricoque |

FRUTAS Y VERDURAS



DISPONIBLE TODOS LOS DÍAS:
Variedades de leche: Descremada, 1%
Condimentos: salsa de tomate, mostaza, mayonesa, aderezo ranchero e italiano, margarina

Opciones vegetarianas
Disponibles todos los días

Contiene pescado
De origen local

Esta institución es un igual
Proveedores de oportunidades



Los menús están sujetos a cambios.

Todos los almuerzos deben incluir la opción de:
Fruta o verdura y puede incluir:
Leche descremada o descremada al 1%



Noviembre 2024

K-5 MENÚ DE MEDIODÍA

25 de Noviembre-29 de Noviembre

Powering potential.

ENTRADA DE OPCIONES

| | MON | TUES | WED | THURS | FRI |
|--|---|---|-------------|-------------|-------------|
| | Nachos de ternera Nachos de frijoles y queso | -Sándwich de pollo empanizado | | | |
| | Wrap de pavo y queso | Wrap de tres quesos | | | |
| | Ensalada César de pollo con panecillo | Ensalada de la huerta con queso con panecillo | | | |
| | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada | Sándwich de mantequilla de sol y mermelada | SIN ESCUELA | SIN ESCUELA | SIN ESCUELA |
| | Zanahorias baby Rodajas de pimiento rojo Manzana fresca Peras en rodajas | Edamame Palitos de apio Pera fresca Compota de manzana | | | |

FRUTAS Y VERDURAS



DISPONIBLE TODOS LOS DÍAS:
Variedades de leche: Descremada, 1%
Condimentos: salsa de tomate, mostaza, mayonesa, aderezo ranchero e italiano, margarina

Esta institución es un igual
Proveedores de oportunidades

Opciones vegetarianas
Disponibles todos los días
Contiene pescado
De origen local



Los menús están sujetos a cambios.



DISTRICT OF COLUMBIA
PUBLIC SCHOOLS

Noviembre 2024

Desayuno K-12 MENU

| | MON | TUES | WED | THURS | FRI |
|---|---|--|--|---|---|
| | | | | | Manzana Arándano ¹ Avena Nocturna con Queso en Tiras Salchicha de pavo o bagel de salchicha vegetariana Zumo de naranja Piña |
| SIN ESCUELA | SIN ESCUELA | Barra de cereales Golden Grahams con queso en tiras LTO: Cosecha de panqueques  Zumo de manzana Plátano | Cereza Frudel ⁷ LTO: Cosecha de panqueques  Manzana fresca Naranja fresca | Bollo de bayas mixtas ⁸ LTO: Cosecha de panqueques  Zumo de naranja Piña | |
| SIN ESCUELA | Parfait de melocotón ¹² Con queso en tiras Gofres de huevoji Manzana fresca Fresh Pear | Tacos de huevo y queso ¹³ Media Luna de la uva Zumo de manzana Plátano | Muffin cuadrado de manzana y canela con queso en tiras ¹⁴ Wrap de panqueques de pavo Manzana fresca Fresh Orange | Bocaditos de panqueques ¹⁵ Con queso en tiras Avena de durazno durante la noche Con queso en tiras Zumo de naranja Piña | |
| Frittata de queso ¹⁸ Pan de calabaza para el desayuno Zumo de naranja Frutas Mixtas | Palitos de tostadas francesas ¹⁹ Bagel de huevo y queso Manzana fresca Pera fresca | Manzana Frudel ²⁰ Burrito de desayuno Con queso en tiras Zumo de manzana Plátano | Batido de manzana y canela ²¹ Con galleta Graham Salchicha de pavo o Salchicha vegetariana con huevo en galleta Manzana fresca Naranja fresca | Mini bocados de panqueques de salchicha de pollo con queso en tiras ²² Bagel de canela y pasas con queso crema Zumo de naranja Piña | |
| Tapa de muffin de arándanos ²⁵ con queso en tiras Barra de cereal Golden Graham con queso en tiras Zumo de naranja Frutas Mixtas | Tacos de desayuno con salchicha de pollo ²⁶ Mini gofres de canela Zumo de manzana Plátano | SIN ESCUELA | SIN ESCUELA | SIN ESCUELA | |

Todos los desayunos deben incluir la elección de:
Frutas y puede incluir:
Leche baja en grasa al 1%

Powering potential.™

Los menús están sujetos a cambios.



Servido diariamente:
Opciones de cereales:
Honey Cheerio Cereal
Cereal de tostada de canela
Blueberry Chex Cereal



This institution is an equal opportunity provider.