

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



Diciembre 2024

6-8

MENÚ DE MEDIODÍA

2 de diciembre - 6 de diciembre

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	Sopa de frijoles negros 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 Batatas asadas 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%



Diciembre 2024

6-8

MENÚ DE MEDIODÍA

9 de diciembre- 13 de diciembre

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
Barbacoa de pavo con cuscús y panecillo Espaguetis con albóndigas Espaguetis con Salsa Roja de Carne Vegetariana	Deslizadores de pollo Albóndigas de pollo o verduras Arroz frito con huevo	Pollo Teriyaki con Verduras y Arroz Quesadilla de queso	Tostadas francesas con hamburguesa de salchicha de pavo Cazuela de enchiladas Con arroz Spranish	Tazón de rollo de huevo Albóndiga Gyro con arroz y pan plano de parmesano
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 vegetariana Hamburguesa con queso
Barra de ensaladas Wrap de pavo y queso	Ensalada de la huerta con queso con panecillo	Barra de ensaladas Wrap de queso y verduras	Ensalada de pollo y queso 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 Jerk 	Sándwich de mantequilla de sol y mermelada	Pizza de queso Pizza de pollo Jerk 
Zanahorias bebé Guisantes de ojos negros Manzana fresca Peras cortadas en cubitos	Edamame Calabaza al vapor Naranja fresca Compota de manzana	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

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.



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

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



Diciembre 2024

6-8

MENÚ DE MEDIODÍA

16 de diciembre - 20 de diciembre

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
Tazón de espagueti Pomodoro Filete de queso de Filadelfia	Comida de vacaciones de invierno Pavo asado Nuggets vegetarianos	Tazón de pollo con palomitas de maíz campestre con panecillo Sub de albóndigas	-Tazón de pescado y quinua con panecillo -Patata al horno con brócoli y queso	Hamburguesa con queso Hamburguesa vegetariana
Queso a la parrilla	Con panecillo	Sándwich de pollo empanizado	Pollo o Nachos de frijoles y queso Aderezos para nachos	Barra de ensaladas Wrap de pollo, jamón y queso
Barra de ensaladas Wrap de pavo y queso	Chicken Caesar Salad With dinner roll	Barra de ensaladas Wrap de tres quesos	Ensalada de Nacho de Ternera Con panecillo	Pizza de queso Pepperoni Pizza
Hamburguesa vegetariana Hamburguesa con queso	Sándwich de mantequilla de sol y mermelada	Pizza de pollo a la barbacoa	Sándwich de mantequilla de sol y mermelada	
Zanahorias bebé Guisantes verdes Manzana fresca Peras cortadas en cubitos	Batatas asadas Col rizada 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
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%



Diciembre 2024

9-12

MENÚ DE MEDIODÍA

2 de diciembre - 6 de diciembre

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	Sopa de frijoles negros 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 Batatas asadas 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 Provedores 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%



Diciembre 2024

9-12 MENÚ DE MEDIODÍA

9 de diciembre- 13 de diciembre

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
Barbacoa de pavo con cuscús y panecillo Espaguetis con albóndigas <i>Espaguetis con Salsa Roja de Carne Vegetariana</i>	Deslizadores de pollo Albóndigas de pollo <i>o verduras</i> Arroz frito con huevo	Pollo Teriyaki con Verduras y Arroz Quesadilla de queso	Tostadas francesas con hamburguesa de salchicha de pavo <i>Cazuela de enchiladas Con arroz Spanish</i>	<i>Tazón de rollo de huevo</i> Albóndiga Gyro con arroz y pan plano de parmesano
Hamburguesa con queso <i>Hamburguesa vegetariana</i>	Sándwich de pollo empanizado	Hamburguesa con queso <i>Hamburguesa vegetariana</i>	<i>Queso a la parrilla</i>	Hamburguesa con queso <i>Hamburguesa vegetariana</i>
<i>Barra de ensaladas</i> Wrap de pavo y queso	Ensalada César Ensalada de la huerta con queso con panecillo	<i>Barra de ensaladas</i> Wrap de queso y verduras	Ensalada de pollo y queso Ensalada de la huerta con queso Con panecillo	<i>Barra de ensaladas</i> Wrap de pollo, jamón y queso
<i>Pizza de queso</i> Pizza de pollo Jerk 	Nachos de ternera <i>Nachos de frijoles y queso</i> Toppings para nachos	<i>Pizza Blanca</i> Pizza de pollo Jerk 	Nachos de pollo <i>Nachos de frijoles y queso</i> Toppings para nachos	<i>Pizza de queso</i> Pizza de pollo Jerk 
Zanahorias bebé Guisantes de ojos negros <i>Manzana fresca</i> Peras cortadas en cubitos	Edamame Calabaza al vapor Naranja fresca Compota de manzana	Rodajas de pimiento rojo Brócoli al vapor <i>Manzana fresca</i> duraznos en rodajas	Rodajas de pepino Tater Tots <i>Melocotón fresco</i> Frutas Mixtas	Zanahorias bebé Guisantes de crecho <i>Manzana fresca</i> 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%



Diciembre 2024

9-12

MENÚ DE MEDIODÍA

16 de diciembre - 20 de diciembre

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
Tazón de espagueti Pomodoro Filete de queso de Filadelfia	Comida de vacaciones de invierno Pavo asado Nuggets vegetarianos	Tazón de pollo con palomitas de maíz campestre con panecillo Sub de albóndigas	-Tazón de pescado y quinua con panecillo -Patata al horno con brócoli y queso	Hamburguesa con queso Hamburguesa vegetariana
Hamburguesa vegetariana Hamburguesa con queso	Con panecillo 	Hamburguesa con queso Hamburguesa vegetariana	Queso a la parrilla	Barra de ensaladas Wrap de pollo, jamón y queso
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 tres quesos	Ensalada de Nacho de Ternera Ensalada de la huerta con queso Con panecillo	Pizza de queso Pepperoni Pizza
Pizza de queso Pepperoni Pizza	Nachos de ternera Nachos de frijoles y queso Toppings para nachos	Pizza de pollo a la barbacoa	Pollo o Nachos de frijoles y queso Aderezos para nachos	
Zanahorias bebé Guisantes verdes Manzana fresca Peras cortadas en cubitos	Batatas asadas Col rizada Naranja fresca Compota de manzana	Rodajas de pimiento rojo 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

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.



DISTRICT OF COLUMBIA
PUBLIC SCHOOLS

Diciembre 2024

FFVP MENU

MON	TUES	WED	THURS	FRI
2	3 Palitos de jícama 	4 Monedas de calabaza amarilla 	5	6 Clementinas 
9	10 Zanahorias Arco Iris con Rancho 	11 Piña Rosa 	12	13 Rodajas de pimiento rojo con hummus 
16	17 Popurrí de melón 	18 Remolacha cortada en cubitos 	19	20 Guayaba 
23	NO ESCUELA	NO ESCUELA	NO ESCUELA	NO ESCUELA
NO ESCUELA	NO ESCUELA	NO 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

Diciembre 2024

FFVP MENU

MON	TUES	WED	THURS	FRI
2	3 Palitos de jícama 	4 Monedas de calabaza amarilla 	5 Clementinas 	6
9	10 Zanahorias Arco Iris con Rancho 	11 Piña Rosa 	12 Rodajas de pimiento rojo con hummus 	13
16	17 Popurrí de melón 	18 Remolacha cortada en cubitos 	19 Guayaba 	20
23	NO ESCUELA	NO ESCUELA	NO ESCUELA	NO ESCUELA
NO ESCUELA	NO ESCUELA	NO 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.



Diciembre 2024

MENÚ DE LA CENA

MON	TUES	WED	THURS	FRI
<p>2</p> <p>Wrap de pollo búfalo empanizado</p> <p>Envoltura de tres quesos</p> <p>Manzana fresca</p> <p>Rodajas de pepino</p>	<p>3</p> <p>Huevos revueltos con bocados de panqueques</p> <p>Pera fresca</p> <p>Floretes de brócoli</p>	<p>4</p> <p>Pollo derretido a la barbacoa</p> <p>Derretimiento de lentejas a la barbacoa</p> <p>Naranja fresca</p> <p>Garbanzos</p>	<p>5</p> <p>Macarrones con queso</p> <p>Plátano fresco</p> <p>Palitos de apio</p>	<p>6</p> <p>Sándwich de mantequilla de sol y mermelada</p> <p>Pera fresca</p> <p>Maíz al vapor</p>
<p>9</p> <p>Queso y verduras</p> <p>Envolver</p> <p>Turquía</p> <p>& Wrap de queso</p> <p>Manzana fresca</p> <p>Rodajas de pepino</p>	<p>10</p> <p>Palitos Bosco con salsa para mojar</p> <p>Pera fresca</p> <p>Floretes de brócoli</p>	<p>11</p> <p>Sándwich de pavo a la parrilla, jamón y queso</p> <p>Sándwich de mantequilla de sol y mermelada</p> <p>Naranja fresca</p> <p>Garbanzos</p>	<p>12</p> <p>Burrito de carne de res o frijoles</p> <p>Naranja fresca</p> <p>Maíz al vapor</p>	<p>13</p> <p>Nuggets de pescado con panecillo</p> <p>Nuggets de pollo vegetarianos con panecillo</p> <p>Pera fresca</p> <p>Palillo de apio</p>
<p>16</p> <p>Wrap de pollo César</p> <p>Wrap de verduras asadas</p> <p>Manzana fresca</p> <p>Rodajas de pepino</p>	<p>17</p> <p>Perrito caliente de pavo</p> <p>Sándwich de mantequilla de sol y mermelada</p> <p>Pera fresca</p> <p>Floretes de brócoli</p>	<p>18</p> <p>Derretimiento de Joe Sloppy</p> <p>Lentejas Sloppy</p> <p>Joe Melt</p> <p>Naranja fresca</p> <p>Garbanzos</p>	<p>19</p> <p>Hamburguesa vegetariana</p> <p>Nuggets de pollo con panecillo</p> <p>Plátano fresco</p> <p>Palitos de apio</p>	<p>20</p> <p>Queso y Sub vegetariano</p> <p>Sub de pavo y queso</p> <p>Pera fresca</p> <p>Zanahorias baby</p>
SIN ESCUELA	SIN ESCUELA	SIN ESCUELA	SIN ESCUELA	SIN ESCUELA
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.



Diciembre 2024

Menú de desayuno ECE

MON	TUES	WED	THURS	FRI
² Desayuno de plátano Pan Pera fresca	³ Pollo de campo Galleta Mini waffles de arándanos Zumo de naranja	⁴ salchicha o verdura, Huevo y queso Tacos de desayuno Zumo de manzana	⁵ Huevos revueltos con Queso & Inglés Muffin Naranja fresca	⁶ Salchicha de pavo o Salchicha vegetariana Bagel Zumo de naranja
⁹ Frittata de queso Pera fresca	¹⁰ Salchicha de pavo o salchicha vegetariana y galleta de queso Zumo de naranja	¹¹ Rice Chex Cereal Plátano	¹² Bagel de huevo y queso Naranja fresca	¹³ Avena de manzana durante la noche Piña
¹⁶ Muffin de canela redondo Plátano	¹⁷ Gofres de huevoji Pera fresca	¹⁸ Tacos de huevo y queso Zumo de naranja	¹⁹ Muffin de manzana y canela cuadrado Naranja fresca	²⁰ Bocaditos de panqueques Zumo de naranja
SIN ESCUELA	SIN ESCUELA	SIN ESCUELA	SIN ESCUELA	SIN ESCUELA
SIN ESCUELA	SIN ESCUELA	SIN ESCUELA	a	

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.





Diciembre 2024

ECE Menú de Almuerzo

	MON	TUES	WED	THURS	FRI
	<p>Pollo cortado en cubitos o Carne Vegetariana Rosa Salsa con Penne Zanahorias baby Manzana fresca</p>	<p>-Palitos de pan Max Snax con salsa para mojar Edamame Naranja fresca</p>	<p>Nuggets de pescado con panecillo -Quesadilla de queso Brócoli al vapor duraznos en rodajas</p>	<p>Filete frito campestre con salsa -Sopa de frijoles negros Boniato asado Frutas Mixtas</p>	<p>Pizza de queso- Pepperoni Pizza Guisantes verdes Manzana fresca</p>
	<p>Deslizadores de pollo -Mantequilla de sol y jalea Emparedado Zanahorias baby Manzana fresca</p>	<p>Espaguetis con albóndigas Espaguetis con salsa roja de carne vegetariana Boniato asado Naranja fresca</p>	<p>Quesadilla de queso Brócoli al vapor Manzana fresca</p>	<p>Tostadas francesas con salchicha de pavo O hamburguesa de salchicha vegetariana Tater Tots Manzana fresca</p>	<p>Pizza de queso Pepperoni Pizza Guisantes de crecho Manzana fresca</p>
	<p>Nachos de pollo o vegetarianos Frijoles negros Manzana fresca</p>	<p>Queso a la parrilla Edamame Naranja fresca</p>	<p>Nuggets de pollo con panecillo Wrap de tres quesos Brócoli al vapor Manzana fresca</p>	<p>Penne horneado con queso Rodajas de pepino Manzana fresca</p>	<p>Pizza de queso Tazón de pollo y quinua Zanahorias bebé Manzana fresca</p>
F	SIN ESCUELA	SIN ESCUELA	SIN ESCUELA	SIN ESCUELA	SIN ESCUELA
S	SIN ESCUELA	SIN ESCUELA	SIN ESCUELA	Frutas Mixtas	

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

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%



Diciembre 2024

K-5 MENÚ DE MEDIODÍA

2 de diciembre - 6 de diciembre

Powering potential.

ENTRADA DE OPCIONES

	MON	TUES	WED	THURS	FRI
	Hamburguesa con queso Hamburguesa vegetariana	Carne de res y brócoli con arroz	Chili Mac	Sopa de frijoles negros	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
	Pack de Pretzel, Yogur de Fresa y Queso	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 Batatas asadas Pera fresca Frutas Mixtasc	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
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%



Diciembre 2024

K-5 MENÚ DE MEDIODÍA

9 de diciembre- 13 de diciembre

Powering potential.

ENTRADA DE OPCIONES

	MON	TUES	WED	THURS	FRI
	Deslizadores de pollo	Espaguetis con albóndigas Espaguetis con Salsa Roja de Carne Vegetariana	Albóndigas de pollo o verduras Arroz frito con huevo	Tostadas francesas con hamburguesa de salchicha de pavo	Pizza de queso  Pizza de pollo Jerk
	Barbacoa de pavo con cuscús y panecillo	Pollo Teriyaki con Verduras y Arroz	Quesadilla de queso	Cazuela de Enchiladas con Arroz Español	Tazón de pollo y quinua con panecillo
	Ensalada de huevo Emparedado	Ensalada de la huerta con queso con panecillo	Wrap de queso y verduras	Ensalada de pollo y queso 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 Guisantes de ojos negros 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 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

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%



Diciembre 2024

K-5 MENÚ DE MEDIODÍA

9 de diciembre- 13 de diciembre

Powering potential.

ENTRADA DE OPCIONES

	MON	TUES	WED	THURS	FRI
	Nachos de pollo o frijoles y queso	Comida de vacaciones de invierno Pavo asado Nuggets vegetarianos	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
	Filete de queso de Filadelfia	Con panecillo 	Sub de albóndigas	Con panecillo y relleno	Pack de Pretzel, Yogur de Fresa y Queso
	Sándwich de pavo, jamón y queso	Ensalada de la huerta con queso con panecillo	Wrap de tres quesos	Ensalada de Nacho de Ternera con panecillo	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 negros Manzana fresca Peras en rodajas	Batatas asadas Col rizada 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

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.



DISTRICT OF COLUMBIA
PUBLIC SCHOOLS

Diciembre 2024

MENÚ DE MERIENDAS

MON	TUES	WED	THURS	FRI
2 Galletas Graham con Sunbutter Hummus y zanahorias baby	3 Picaduras de insectos de canela con plátano fresco	4 Pez dorado cheddar con pera fresca	5 Snack Scooby Doo de canela con palitos de apio y rancho de suero de leche	6 Sunbutter con galletas de animales
9 Bagel con mantequilla de sol Plátano fresco	10 Mantequilla de sol con palitos de apio fresco y pasas	11 Pez dorado pretzel con gajos de naranja fresca	12 Barrita Nutrigrain de Arándanos y Manzana Fresca	13 Palitos de pretzel y zanahorias tiernas y rancho de suero de leche
16 Galletas Graham con Sunbutter Hmmsu y zanahorias baby	17 Mini pretzel horneado con queso en tiras	18 Bocaditos de galletas Tiger Graham con plátano fresco	19 Pan de calabaza con pera fresca	20 Rodajas de manzana fresca con queso en tiras
SIN ESCUELA	SIN ESCUELA	SIN ESCUELA	SIN ESCUELA	SIN ESCUELA
SIN ESCUELA	SIN ESCUELA	SIN ESCUELA		

Powering potential.

Los menús están sujetos a cambios.



Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.



DISTRICT OF COLUMBIA
PUBLIC SCHOOLS

Diciembre 2024

Desayuno K-12MENU

MON	TUES	WED	THURS	FRI
<p>² Frittata de salchicha de pollo Pan de plátano para el desayuno Zum de naranja Frutas Mixtas</p>	<p>³ Galleta de pollo campestre Mini gofres de arándanos Manzana fresca Pera fresca</p>	<p>⁴ Salchicha de pavo, huevo y queso Tacos de desayuno Cereza Frudel Zum de manzana Plátano</p>	<p>⁵ Muffin de calabaza cuadrado Huevos revueltos con queso y muffin inglés Manzana fresca Naranja fresca</p>	<p>⁶ Avena de manzana durante la noche con queso en tiras Bollo de bayas mixtas Zum de naranja Piña</p>
<p>⁹ Frittata de queso Mini gofres de arce Zum de naranja Frutas Mixtas</p>	<p>¹⁰ Salchicha de pavo y galleta de queso Galleta de salchicha vegetariana Manzana fresca Pera fresca</p>	<p>¹¹ Twist de pan de canela Barrita de cereales Golden Grahams Con queso en tiras Zum de manzana Plátano</p>	<p>¹² Batido de manzana y naranja Con galleta Graham Bagel de huevo y queso Manzana fresca Naranja fresca</p>	<p>¹³ Manzana Arándano Avena Nocturna con Queso en Tiras Salchicha de pavo o bagel de salchicha vegetariana Zum de naranja Piña</p>
<p>¹⁶ Pollo campestre Jamón y queso Arce Desayuno Pan plano Con galleta Graham Muffin de canela redondo Con queso en tiras Zum de naranja Frutas Mixtas</p>	<p>¹⁷ Wrap de panqueques de pavo con queso en tiras Gofres de Eggoji Manzana fresca Pera fresca</p>	<p>¹⁸ Tacos de huevo y queso Media Luna de la uva Zum de manzana Plátano</p>	<p>¹⁹ Muffin de manzana y canela Cuadrado con queso en tiras Parfait de melocotón con queso en tiras Manzana fresca Naranja fresca </p>	<p>²⁰ Bocaditos de panqueques Con queso en tiras Avena de durazno durante la noche Con queso en tiras Zum de naranja Piña</p>
SIN ESCUELA	SIN ESCUELA	SIN ESCUELA	SIN ESCUELA	SIN ESCUELA
SIN ESCUELA	SIN ESCUELA	SIN ESCUELA		

Todo el mundo debería elegir el desayuno Fruta y puede incluir: 1% de leche descremada o descremada

Powering potential.™

Los menús están sujetos a cambios.



Servido diariamente:
Con un queso en tiras
Honey Cheerio Cereal
Cereal de tostada de canela
Blueberry Chex Cereal

Condimentos: salsa de tomate, queso crema, mermelada, jarabe, margarina



This institution is an equal opportunity provider.