

# Distrito Escolar del Condado de Palm Beach

www.palmbeachschools.org/sfs  
Menú de almuerzos para las escuelas primarias  
Mayo y Junio del 2010

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3	4	5	6	7
Trocitos de pollo empanizado estilo palomita de maíz y panecito Pizza <i>Muffin</i> , yogur y queso (V) Arroz integral* Panecito integral Verduras mixtas Californianas	Lasaña con salsa sin carne y panecito (V) Perro caliente Ensalada mixta tipo <i>Chef</i> Panecito integral Brócoli	Pollo a la barbacoa y panecito Sándwich caliente de jamón y queso Combinación de yogur parfait (V) Panecito integral Frijoles horneados	Taco blando Hamburguesa con queso Sándwich de mantequilla de maní, mermelada y tiras de queso (V) Congrí* Panecito integral Zanahorias y habichuelas mixtas Ensalada surtida	<b>Recién traído de la granja</b> Macarrones con queso y panecito (V) Sándwich de carne de cerdo en salsa barbacoa Pedazos de pollo empanizado y panecito Panecito integral <b>Habichuelas frescas</b>
10	11	12	13	14
Tiras de pollo empanizado y panecito Pizza Fajita con queso (V) Arroz integral * Panecito integral Batata en rizos horneada	Espagueti con albóndigas y panecito Sándwich tostado de queso (V) Ensalada con trozos de pollo y mandarina Panecito integral Habichuelas a la francesa	Pollo en salsa <i>Teriyaki</i> con arroz Burrito con queso (V) Sándwich frío ( <i>Sub</i> ) Panecito integral Zanahorias rebanadas	Bistec <i>Salisbury</i> y panecito Salsa Salchicha empanizada con harina de maíz <i>Muffin</i> , yogur y queso (V) Panecito integral Puré de papas Guisantes	<b>Recién traído de la granja</b> Tiras de pescado y panecito Pizza " <i>Fiesta</i> " Sándwich de mantequilla de maní, mermelada y tiras de queso (V) Panecito integral <b>Mazorca de maíz</b>
17	18	19	20	21
Taco blando Pizza con el borde relleno de queso Fruta, <i>Muffin</i> y queso (V) Arroz integral * Panecito integral Minizanahorias	Macarrones con salsa de carne molida y panecito Perro caliente Ensalada mixta suprema (V) Panecito integral Brócoli y coliflor Ensalada surtida	Pavo asado y panecito Salsa Sándwich caliente de jamón y queso Combinación de yogur <i>Parfait</i> (V) Panecito integral Trozos de papas	Masitas de puerco estilo cubano y panecito Pedazos de pollo empanizado y panecito Sándwich de mantequilla de maní, mermelada y tiras de queso (V) Panecito integral Congrí* Plátano maduro en rebanadas	<b>Recién traído de la granja</b> Macarrones con queso y panecito (V) Pizza Sándwich de albóndigas ( <i>sub</i> ) Panecito integral <b>Habichuelas frescas</b>
24	25	26	27	28
Pedazos de pollo a la barbacoa con miel y panecito Pizza Sándwich de mantequilla de maní, mermelada y tiras de queso (V) Arroz integral * Panecito integral Batata en rizos horneada	Espagueti con salsa de carne molida y panecito <i>Muffin</i> , yogur y queso (V) Ensalada con pollo a la parrilla Panecito integral Brócoli Ensalada surtida	Pollo en salsa <i>Teriyaki</i> con arroz Hamburguesa Burrito con queso (V) Panecito integral Zanahorias rebanadas	Carne moldeada con salsa de tomate y panecito Sándwich de pollo Fajita con queso (V) Panecito integral Tiras de papas	Sándwich de filete de pescado Pizza con el borde relleno de queso Chili vegetariano con hojuelas de maíz (V) Arroz integral* Panecito integral Maíz
31	1	2	3	4
DÍA FERIADO  V = Plato principal vegetariano Busca la (V) al lado del plato principal vegetariano que se ofrece diariamente.	Trocitos de pollo empanizado estilo palomita de maíz y panecito Pizza Ensalada mixta suprema (V) Arroz integral * Panecito integral Verduras mixtas Californianas	Pollo a la barbacoa Sándwich caliente de jamón y queso Combinación de yogur parfait (V) Panecito integral Frijoles horneados	Taco blando Hamburguesa con queso Sándwich de mantequilla de maní, mermelada y tiras de queso (V) Arroz integral* Panecito integral Zanahorias y habichuelas mixtas	<b>DISFRUTEN SUS VACACIONES DE VERANO.. ¡INOS VEMOS EN AGOSTO DEL 2010!</b>

Para una comida completa, los estudiantes pueden elegir un plato principal (que incluya un alimento del grupo de los GRANOS O PANES, CARNES O SU EQUIVALENTE ALTERNO). (2) FRUTAS O VERDURAS diferentes y una SELECCIÓN DE LECHE. Diariamente se ofrecen (2) FRUTAS FRESCAS, (2) FRUTAS EN CONSERVA, (2) ENSALADAS PEQUEÑAS, JUGO DE FRUTA 100% NATURAL y VARIEDADES DE LECHE.

El asterisco (\*) indica un ALIMENTO ADICIONAL.

Los estudiantes pueden elegir granos o panes como un alimento adicional, además de los que ya incluye el plato principal.

*El menú está sujeto a cambios.*

Declaración en contra de la discriminación: esta sección explica lo que pueden hacer si creen que han sido tratados injustamente. Conforme a la Ley Federal y a las Normas del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, esta institución tiene prohibido discriminar basándose en raza, color, nacionalidad, sexo, edad o discapacidad. Para presentar una queja de discriminación, escriban a *USDA, Director, Office of Civil Rights, Room 326-W, Whitten Building, 1400 Independence Avenue, SW, Washington DC 20250-9410* o llamen al (800) 795-3272 ó (202) 720-6382 (mensaje hablado y dispositivo telefónico para sordos-TDD). El Departamento de Agricultura de los Estados Unidos es un empleador y proveedor de oportunidades equitativas de empleo. El Distrito Escolar del Condado de Palm Beach es un empleador y proveedor de oportunidades equitativas de educación.