



MENU LIBRE DE ALERGIAS – 2023-2024

DECLARACIÓN DE ALMUERZO ALTERNATIVO

Para que un estudiante reciba un almuerzo alternativo, debemos tener un Formulario de solicitud de dieta modificada firmado por el médico del estudiante. Este formulario debe actualizarse anualmente. Si tiene alguna pregunta sobre dietas o nutrición especializadas, comuníquese con los Servicios de Nutrición de NSSEO en kgalloway@nsseo.org.

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
PERROS CALIENTES DE CARNE ½ tasa de zanahorias / Pepinillos/ Tomates ½ tasa batatas dulces 1tasa ruta Leche de Soya	MINI TACOS Lechuga Romana/Espinaca ½ tasa de vegetales 1 tasa frutas Leche de Soya	TIRAS DE POLLO LIBRE DE GLUTEN Y LACTEOS ½ tasa 1 tasa papas o maíz 1 tasa fruta Leche de Soya	HAMBURGUESA O POLLO A LA PARRILLA CON PAN LIBRE DE GLUTEN ½ tasa de frijoles rojos/negros ½ tasa de vegetales 1 tasa fruta Leche de Soya	MACARRONES CON QUESO LIBRE DE GLUTEN Y LACTOSA ½ tasa Apio/Pepino 4oz. Jugo Dragon 1 tasa de frutas Leche

MENU LIGERO – 2023-2024

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
CHICKEN & PASTA MARINARA ½ Batatas dulces ½ Vegetales al vapor 1 tasa de fruta LECHE	TACO PASTA 1 tasa de vegetales cocidos 1 tasa de fruta LECHE	PANQUECAS O TOSTADAS FRANCESAS CON SALCHICHA 1 tasa Vegetales al vapor 1 tasa de fruta LECHE	RAVIOLI O LASAGNA 1 tasa frijoles cocidos 1 tasa de fruta LECHE	MACARRONES CON QUESO 4oz. Dragon Juice ½ Vegetales al vapor 1 tasa de fruta LECHE

MENU VEGETARIANO – 2023-2024

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
PALITOS DE MOZARELLA ½ tasa de zanahorias / Pepinillos/ Tomates ½ tasa batatas dulces 1 tasa de fruta LECHE	HAMBUGUESA VEGETARIANA Lechuga Romana /Espinaca ½ tasa de vegetales 1 tasa de fruta LECHE	PANQUECAS O TOSTADAS FRANCESAS Y OMELET ½ tasa 1 tasa papas o maíz 1 tasa de fruta LECHE	RAVIOLI O LASAGNA ½ tasa de frijoles rojos/negros ½ tasa de vegetales 1 tasa fruta LECHE	MACARRONES CON QUESO ½ tasa Apio/Pepino 4oz. Jugo Dragon 1 tasa de fruta LECHE

IMPORTANTE

Los menús están sujetos a cambios de última hora debido a problemas con la cadena de suministro. Es posible que nuestro sitio web no refleje este cambio, pero hacemos todo lo posible para informar al personal lo antes posible. apreciamos su comprensión.

INFORMACION DEL MENU

Todos los componentes del menú siguen los lineamientos del Departamento de Agricultura de América (USDA), 2oz granos, 2oz proteínas, ½ tasa de vegetales sub porción, ½ tasa de otros vegetales por porción, 1 tasa de frutas, y 8oz de leche por cada menú. Si tiene alguna duda acerca del contenido nutricional o alergias, por favor contacte a nuestro servicio de nutrición kgalloway@nsseo.org

Precio Completo del Almuerzo \$4.00

Precio reducido del almuerzo \$0.40