

Directora de Servicios de Alimentación: Jennifer Wilinsky Correo electrónico: wilinskyj@readingsd.org Por favor, consulte la página web del distrito, en la pestaña de Servicios de Alimentación, para obtener más información.



Distrito Escolar de Reading Escuela Secundaria Menú de Almuerzo Mayo de 2024



Precios de Alimentos
Desayuno de adulto - \$2.95 Almuerzo de adulto - \$5.00

Regístrese en Schoolcafe.com para consultar información nutricional y realizar pagos. Configure una cuenta para recibir alertas de saldo bajo.

Platos Alternativos de la Semana	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Lunes - Pizza de Queso de Mickey, Burrito de Frijoles y Queso, Hoagie Italiano, Ensalada de Chef			1-May	2-May	3-May
Martes - Pizza de Pepperoni, Hamburguesa, Sándwich de Jamón y Queso, Ensalada Crujiente de Pollo			Burrito de Carne y Queso Ensalada verde Palitos de vegetales frescos Piña Fruta fresca Churro	Barra de Hamburguesas: Hamburguesa con o sin Queso o Hamburguesa Vegetariana en Pan Papas Sonrisa Frijoles Horneados Peras/Frutas Frescas	Pasta Alfredo con Pollo y Pan con ajo Brócoli al Vapor Ensalada verde con Aderezo Cóctel de Frutas Frutas Frescas
Miércoles - Pizza de Pollo Buffalo, Sándwich de Pechuga de Pollo, Wrap de Pavo y Queso, Ensalada Cobb					
Jueves - Pizza de Amantes de la Carne, Huevo, Tocino de Pavo y Queso en Croissant, Ensalada de Taco	6-May	7-May	8-May	9-May	10-May
Viernes - Pizza de 4 Quesos, Sándwich de Pollo a la Parrilla, Sándwich de Ensalada de Atún, Ensalada de Pollo a la Parrilla ** La opción de Plato Alternativo se servirá con la fruta y verdura del día.**	Tazon de pollo frito en trozos con pan de maíz Puré de papas Maíz Manzanas	Sándwich caliente de jamón y queso con sopa de tomate Ensalada de col Hummus con bastones de apio Duraznos Fruta fresca Bolsa de snacks horneados	Mac & Cheese w/ Breadstick Steamed Peas Fresh Veggie Sticks Diced Pears Fresh Fruit	Chicken Tinga sobre Totopos Frijoles Refritos Ensalada verde con Aderezo Plátanos Frutas Frescas	Salida temprana NO HAY CLASES
	13-May	14-May	15-May	16-May	17-May
	Wrap de tiras de pollo: Regular o picante con lechuga y tomate Chicharos comestibles Bastones de zanahoria Duraznos/fruta fresca	Nachos Grandes con Taco de Pavo y Queso con Totopos Lechuga y Tomate/ Taza de Salsa Frijoles Pintos Rancheros Piña/Frutas Frescas Churro	Lasaña con Pan de Ajo Brócoli al Vapor Ensalada verde con Aderezo Cóctel de Frutas Frutas Frescas	Bowl Asiático: Pollo General Tso o Teriyaki con Arroz Salteado Vegetales Mixtos estilo Oriental Palitos de Vegetales Frescos Naranjas Mandarinas Frutas Frescas Galleta de la Fortuna	Sándwich de costilla a la barbacoa Maíz al vapor Ensalada verde con aderezo Manzanas Fruta fresca
	20-May	21-May	22-May	23-May	24-May
	Muslo y Alas de Pollo Crujientes al Estilo Sureño con Panecillo Habichuelas Horneados Palitos de zanahoria Duraznos Frutas Frescas	Tamales de Pollo o Res Arroz Integral con Cilantro y Lima Frijoles Negros y Maíz Asados Duraznos Frutas Frescas	Totchos Cargados de Carne con Miel Picante y Pan Ensalada verde con Aderezo Cóctel de Frutas Frutas Frescas Galleta Integral	Submarino de Albóndigas o Submarino de Aliento de Dragón (Albóndigas de Pollo con Jalapeños) Papas Sidewinder Palitos de Vegetales Frescos Peras/Frutas Frescas	Carnitas de Cerdo o Pavo Desmenuzado con BBQ en Pan Plano Papas Fritas de Batata Ensalada de Col Piña Frutas Frescas
	27-May	28-May	29-May	30-May	31-May
No hay clases	Sándwich de Pechuga de Pollo Artesanal (Regular o Picante) Habichuelas Verdes Tomates cereza Duraznos Fruta Fresca	Palitos de Tostadas Francesas con Salchicha de Pavo Papas fritas tipo Hash Brown Palitos de Zanahoria y Apio Pasas de arándanos Frutas Frescas	Barra de Hamburguesas: Hamburguesa con o sin Queso o Hamburguesa Vegetariana en Pan Papas Sonrisa Frijoles Horneados Peras/Frutas Frescas	Pasta con salsa de carne y pan de ajo Brócoli al vapor Ensalada verde con aderezo Cóctel de frutas Fruta fresca	

Ofrecido a Diario: Comidas de PB&J, Comidas de Yogur, Ensaladas y Sándwiches



Opciones de Frutas y Verduras*
Zanahorias Manzanas
Pepinos Plátanos
Brócoli Duraznos
Coliflor Peras
Apio Piña
Chicharos Fresas
Uvas

** La disponibilidad de frutas y verduras puede variar.

Leche

**Blanca al 1% y Descremada
Descremada de Chocolate**
(La leche de soja está disponible para estudiantes con alergias a los lácteos)



La Oferta de Almuerzo "The Knight"

* No olvides tomar al menos UNA fruta o verdura, y al menos TRES elementos en total para que sea una comida completa.

Elige UN Plato Principal:
Especial de Plato Principal del Día
Plato Alternativo

Elige hasta DOS Acompañamientos de Frutas:
Frutas Frescas
Taza de Frutas
Jugo de Frutas (solo 1 porción)

Elige hasta DOS Vegetales:
Vegetal del día
Variedad de Verduras Frescas

