

Directora de servicios alimentarios: Jennifer Wilinsky
wilinskyj@readingsd.org
Consulte el sitio web del distrito, pestaña Servicios de alimentos para obtener más información.
Regístrese en Schoolcafe.com para buscar información nutricional y realizar pagos. Configure una cuenta para recibir alertas de saldo bajo.



Distrito Escolar Reading
Escuelas Primarias
Menú de Almuerzo
Octubre de 2024
** Menú Sujeto a cambios**



Precio de las comidas
Desayuno de adulto- \$3.00
Comida de adulto- \$5.00

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
 Plato Alternativo de la Semana 9/30-10/4 - Ensalada de Taco c/Tortilla 10/7-10/11- Emparedado de maní y jalea "Wow" 10/14-10/18- Yogurt Parfait 10/21-10/25- Emparedado de jamon y queso 10/28-11/1- Ensalada "Chef" con pan ** Emparedado de maní con jalea y yogur disponible todos los días** ** La opción de entrada alternativa se servirá con la fruta y el vegetal del día.**	30-Sep	1-Oct	2-Oct	3-Oct	4-Oct
	Sloppy Joe's (sándwich de carne molida en salsa) Papas Emoji Ensalada de repollo Duraznos Fruta fresca	Burrito de fajita de pollo con salsa y guacamole Zanahorias Frijoles refritos Peras / Fruta fresca Churro de trigo integral	Pizza de pepperoni Brócoli asado Ensalada Trozos de piña Fruta fresca	Tazón de pollo empanizado con panecillo de maíz Puré de papas Maíz Manzanas tibias con canela Fruta fresca	Dumplings sobre arroz frito con rollo de huevo Guisantes dulces Mandarinas Fruta fresca
Variedad de jugos diarios: Solo se permite 1 jugo con la comida Jugo de manzana Jugo de uva Ponche de frutas	7-Oct	8-Oct	9-Oct	10-Oct	11-Oct
	Hamburguesa al pan Papas fritas en forma de sonrisa Frijoles horneados Duraznos Fruta fresca Galleta de trigo integral	Caja de almuerzo: yogur con granola, queso de hebra, pretzel suave y galletas Graham Hummus Palitos de zanahoria y apio Rebanadas de manzana / Fruta fresca	Maxi palitos de queso con salsa Zanahorias Ensalada Fruta tropical Fruta fresca	Tiras de pollo con macarrones con queso Brócoli al vapor Palitos de verduras frescas Fruta mixta Fruta fresca	Desayuno para el almuerzo: sándwich de huevo, tocino o salchicha en croissant Papas hash brown en forma de estrella Palitos de apio con ranch Puré de manzana Fruta fresca
 Opciones de frutas y vegetales* Zanahorias Pepinos Brócoli Coliflor Apio Guisantes dulces Manzanas Bananas Peaches Pears Pineapple Fresas Uvas ** Las frutas y vegetales disponibles dependen de la disponibilidad.	14-Oct	15-Oct	16-Oct	17-Oct	18-Oct
	No hay clases	Desayuno para el almuerzo: Palitos de tostadas francesas con salchichas Papas hash brown en forma de estrella Palitos de zanahoria y apio Craisins (arándanos deshidratados)	Pizza de pepperoni Brócoli asado Ensalada Trozos de piña Fruta fresca	Walking Taco(Taco en bolsa) Lechuga y tomate Vasito de salsa Frijoles pintos rancheros Mandarín Oranges/ Fresh Fruit Churro de trigo integral	Sándwich de hamburguesa de pollo Zanahorias glaseadas con miel Gajos de papa al ranch Duraznos Fruta fresca
 Leche 1% Descremada Blanca Descremada de Chocolate (Leche de soya disponible para estudiantes con alergias a los lácteos)	21-Oct	22-Oct	23-Oct	24-Oct	25-Oct
	Mini Corn Dog Nuggets Frijoles fiesta Maíz Puré de manzana Fruta fresca	Pollo y waffles Monedas de zanahoria Palitos de verduras frescas Fruta mixta Fruta fresca	Hamburguesa con Queso y Macarrones con Queso con Panecillo Brócoli Palitos de Verduras Frescas Peras en Cubitos Fruta Fresca	Quesadilla de Pizza de Pollo con Queso Habichuelas verdes Palitos de Verduras Frescas Duraznos Fruta Fresca	Ravioles de Queso con Palito de Pan Calabacitas Asadas Ensalada Verde con Aderezo Pedazos de Piña Fruta Fresca
	28-Oct	29-Oct	30-Oct	31-Oct	
	Calzonette con Salsa Vegetales Mezclados estilo California Palitos de Verduras Frescas Duraznos Fruta Fresca	Desayuno para el Almuerzo: Waffle Holandés con Jamón Canadiense Croquetas de Papa Palitos de Zanahoria y Apio Pasas Fruta Fresca	Pollo Agridulce sobre Fideos Ramen Palitos de Verduras Frescas Mandarinas/Fruta Fresca Galleta de la Fortuna	Día de Salida Temprana Pizza de Queso Palitos de Zanahoria Hummus Rebanadas de Manzana/Fruta Fresca Galleta de Calabaza	

Oferta de ALMUERZO "El Caballero"

* ¡No olvides! Toma al menos UNA fruta o vegetal, y al menos tres artículos en total para que sea una comida completa.

Elige UNA entrada: Especial del día Entrada alternativa	Elige hasta DOS acompañamientos de fruta: Fruta fresca Vaso de fruta	Elige hasta DOS vegetales: Vegetal del día Variedad de vegetales frescos
----------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------


