



# Escuelas Públicas del Condado de Prince George

## Menú de almuerzo en español para la escuela primaria (kínder al 8.º grado)

### NOVIEMBRE DE 2022

+ La porción no contiene carne  
 \* La porción contiene carne de cerdo  
 1 La porción contiene carne de res  
 2 La porción contiene carne de pavo

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p><b>El almuerzo completo del estudiante incluye:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• elección de plato principal (carne/sustituto de carne y cereal);</li> <li>• hasta dos porciones de verduras;</li> <li>• elección de una porción de fruta; y</li> <li>• una elección de leche.</li> </ul>	<p>11/1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nuggets de salchicha de pavo empanizados</li> <li>- <b>o</b> Tamal de chile verde+</li> <li>- Sándwich con jamón de pavo y queso</li> <li>- Plato con la ensalada del chef con galletas Savory<sup>2</sup></li> <li>- Sándwich de mantequilla de maní y jalea con una tira de queso</li> <li>- Frijoles negros sazonados</li> <li>- Maíz dulce al vapor</li> <li>- Taza de salsa Red Gold</li> <li>- Rebanadas de manzana fresca</li> </ul> <p>Leche líquida</p>	<p>11/2</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Frituras de pollo con waffles</li> <li>- Sándwich de pavo y queso</li> <li>- Plato de ensalada de pollo Fiesta con galletas Savory</li> <li>- Sándwich de mantequilla de maní y jalea con una tira de queso</li> <li>- Papas fritas de camote</li> <li>- Tirras de apio</li> <li>- Taza de surtido de frutas</li> </ul> <p>Leche líquida</p>	<p>11/3</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pollo Teriyaki con arroz integral</li> <li>- Sándwich submarino italiano de pavo y queso</li> <li>- Plato con ensalada de vegetales y queso con galletas Savory</li> <li>- Sándwich de mantequilla de maní y jalea con una tira de queso</li> <li>- Brócoli al vapor</li> <li>- Zanahorias al vapor</li> <li>- Naranjas frescas</li> </ul> <p>Leche líquida</p>	<p>11/4</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sándwich de filete de pescado <b>o</b> Pupusa de frijoles y queso+</li> <li>- Sándwich con jamón de pavo y queso</li> <li>- Yogur, fruta y queso con galletas Savory</li> <li>- Sándwich de mantequilla de maní y jalea con una tira de queso</li> <li>- Papas en forma de emoticono</li> <li>- Ensalada de col</li> <li>- Taza de puré de manzana</li> </ul> <p>Leche líquida</p>
<p>11/7</p> <p style="text-align: center;"><b>Día a elección del gerente</b></p>	<p>11/8</p> <p style="text-align: center;"><b>Día de Elecciones</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Las escuelas y las oficinas estarán cerradas</b></p>	<p>11/9</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sándwich de queso tostado+ <b>o</b> Pupusa de frijoles y queso+</li> <li>- Sándwich submarino italiano de pavo y queso</li> <li>- Plato de ensalada de pollo con galletas Savory</li> <li>- Sándwich de mantequilla de maní y jalea con una tira de queso</li> <li>- Sopa de tomate</li> <li>- Brócoli al vapor</li> <li>- Taza de salsa Red Gold</li> <li>- Peras frescas</li> </ul> <p>Leche líquida</p>	<p>11/10</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nachos con carne de res dulce y queso con Tostitos horneados<sup>1</sup></li> <li>- Sándwich de ensalada de pollo en un croissant</li> <li>- Yogur, fruta y queso con galletas Savory</li> <li>- Sándwich de mantequilla de maní y jalea con una tira de queso</li> <li>- Papas estilo Tater Tots</li> <li>- Mezcla de vegetales al vapor</li> <li>- Taza de salsa Red Gold</li> <li>- Taza de puré de manzana</li> </ul> <p>Leche líquida</p>	<p>11/11</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sándwich de hamburguesa de pollo</li> <li>- Sándwich con jamón de pavo y queso</li> <li>- Plato con ensalada de vegetales y queso con galletas Savory</li> <li>- Sándwich de mantequilla de maní y jalea con una tira de queso</li> <li>- Papas fritas de camote</li> <li>- Frijoles vegetarianos horneados</li> <li>- Taza de surtido de frutas</li> </ul> <p>Leche líquida</p>
<p>11/14</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pizza de queso 4x6+</li> <li>- Sándwich submarino italiano de pavo y queso</li> <li>- Plato de ensalada de huevo y queso con galletas Savory</li> <li>- Sándwich de mantequilla de maní y jalea con una tira de queso</li> <li>- Mezcla de verduras estilo California al vapor</li> <li>- Mini zanahorias</li> <li>- Trocitos de piña</li> </ul> <p>Leche líquida</p>	<p>11/15</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pollo al estilo Cherry Blossom japonés con arroz integral</li> <li>- Sándwich con jamón de pavo y queso</li> <li>- Plato con la ensalada del chef con galletas Savory<sup>2</sup></li> <li>- Sándwich de mantequilla de maní y jalea con una tira de queso</li> <li>- Brócoli al vapor</li> <li>- Zanahorias al vapor</li> <li>- Rebanadas de manzana fresca</li> </ul> <p>Leche líquida</p>	<p>11/16</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Burrito de frijoles y queso+</li> <li>- Sándwich de pavo y queso</li> <li>- Plato de ensalada de pollo "popcorn" con galletas Savory</li> <li>- Sándwich de mantequilla de maní y jalea con una tira de queso</li> <li>- Maíz dulce al vapor</li> <li>- Frijoles negros sazonados</li> <li>- Taza de salsa Red Gold</li> <li>- Taza de surtido de frutas</li> </ul> <p>Leche líquida</p>	<p>11/17</p> <p style="text-align: center;"><i>- Comida festiva-</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pavo rebanado rostizado con salsa y relleno de trigo integral con pan integral</li> <li>- Sándwich submarino italiano de pavo y queso</li> <li>- Yogur, fruta y queso con galletas Savory</li> <li>- Sándwich de mantequilla de maní y jalea con una tira de queso</li> <li>- Puré de papas con salsa gravy</li> <li>- Frijoles verdes al vapor</li> </ul> <p><b>Golosina festiva:</b> Galletas de azúcar</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Arándanos secos</li> </ul> <p>Leche líquida</p>	<p>11/18</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Salchicha de pavo en un pan</li> <li>- Sándwich de pavo y queso</li> <li>- Plato con ensalada de vegetales y queso con galletas Savory</li> <li>- Sándwich de mantequilla de maní y jalea con una tira de queso</li> <li>- Frijoles vegetarianos horneados</li> <li>- Zanahorias y guisantes al vapor</li> <li>- Pera fresca</li> </ul> <p>Leche líquida</p>
<p>11/21</p> <p style="text-align: center;"><b>Día a elección del gerente</b></p>	<p>11/22</p> <p style="text-align: center;"><b>Día a elección del gerente</b></p>	<p>11/23</p> <p style="text-align: center;"><b>Descanso del Día de Acción de Gracias</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Las escuelas y las oficinas estarán cerradas</b></p>	<p>11/24</p> <p style="text-align: center;"><b>Día de Acción de Gracias</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Las escuelas y las oficinas estarán cerradas</b></p>	<p>11/25</p> <p style="text-align: center;"><b>Descanso del Día de Acción de Gracias</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Las escuelas y las oficinas estarán cerradas</b></p>
<p>11/28</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bagel de pizza de queso+</li> <li>- Rollo de croissant con jamón de pavo y queso</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Día de productos frescos limitados</b></p> <p style="text-align: center;"><b>- No ensaladas -</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sándwich de mantequilla de maní y jalea con una tira de queso</li> <li>- Frijoles verdes al vapor</li> <li>- Zanahorias y guisantes al vapor</li> <li>- Salsa Marinara Red Gold</li> <li>- Mandarinas</li> </ul> <p>Leche líquida</p>	<p>11/29</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pollo a la naranja con vegetal y arroz integral pilaf</li> <li>- Envuelto de tocino de pavo club</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Día de productos frescos limitados</b></p> <p style="text-align: center;"><b>- No ensaladas -</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sándwich de mantequilla de maní y jalea con una tira de queso</li> <li>- Brócoli al vapor</li> <li>- Zanahorias al vapor</li> <li>- Trocitos de piña</li> </ul> <p>Leche líquida</p>	<p>11/30</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Frituras de pollo con waffles</li> <li>- Sándwich de pavo y queso</li> <li>- Plato con la ensalada del chef con galletas Savory<sup>2</sup></li> <li>- Sándwich de mantequilla de maní y jalea con una tira de queso</li> <li>- Plátanos horneados- Mezcla de vegetales al vapor</li> <li>- Taza de surtido de frutas</li> </ul> <p>Leche líquida</p>	<p><b>Disponible diariamente:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sándwich de mantequilla de maní y jalea con tira de queso</li> <li>- Ensalada jardinera</li> <li>- <b>Surtido</b> de frutas frescas de temporada</li> <li>- Taza <b>surtida</b> de frutas</li> </ul> <p>La leche <b>surtida</b> incluye leche sin grasa (chocolate, fresa, blanca normal) y leche blanca baja en grasa al 1 %</p> <p>Se ofrece jugo 100 % de fruta los martes y jueves.</p> <p><b>Nota:</b> Se ofrecerá a los estudiantes un artículo adicional de grano con los sándwiches fríos de charcutería. El estudiante NO está obligado a tomar el grano extra.</p>	

*El USDA (Departamento de Agricultura de los Estados Unidos) y el MSDE (Departamento de Educación del Estado de Maryland) ofrecen igualdad de oportunidades. Visite el sitio web MealViewer.com para ver los menús más actualizados. El menú está sujeto a cambios.*