

Bienvenido a Nuestro Almuerzo

MEATLESS MONDAY

Lunes

HARVEST

of the
MONTH

Whitsons se enorgullece de apoyar la agricultura limpia y sostenible. También nos enfocamos en el uso de ingredientes que son de origen local, totalmente naturales, orgánicos y no transgénicos, siempre que sea posible.



Port Chester High School

Mayo
2019

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>6 Sandwich de Queso Asado o Sánduche de Queso y Tomate o Sánduche Derretido con Avocado Patatas Dulces Fritas Ensalada De Verduras Pure de Manzana con Canela Naranja en Rodajas</p>	<p>7 Gyro o Pollo al Horno Con Arroz Amarillo y Rollo Integral Vegetales Mixtos Papas rostizadas Peras Cortadas Manzana Fresca</p>	<p>8 Cajun Roasted Pork o Pepitas de Pollo Arroz a la Española Zapallo Rostizado Mezcla de verduras salteadas Durazno Picados Naranja en Rodajas</p>	<p>9 Albondigas Pollo de General Tso Arroz de verdura Rollito de Primavera con Verduras Brócoli Cocido Al Vapor Zanahorias Glaseadas con Naranja Puré de Manzana Banana Fresca</p>	<p>10 Calzone casero de Cuatro Quesos Con Salsa de tomate o Sándwich De Albóndigas Con Queso Parmesano Vegetales Mixtos Ensalada de frijoles picante tres Ensalada de Fruta Manzana Fresca</p>
<p>13 Macarroned con Queso o Pollo ala Barbacoa Con Pan Mezcla de verduras salteadas Palitos de Zanahorias Con Homemade Hummus Durazno Picados Manzana Fresca</p>	<p>14 Tacos o Tacos de Carne con todo Arroz Amarillo Frijoles pintos Maíz de Fiesta Pure de Manzana con Canela Banana Fresca</p>	<p>15 Pollo y Gofres Con Almibar o Panini de Jamón y Queso Zanahorias Caramelizadas con Mantequilla y Azúcar Ensalada Cesar Bayas Mixtas Manzana Fresca</p>	<p>16 Sánduche de Puerco Ahumado o Sándwich de Costilla sin Hueso Patatas Dulces Fritas Frijoles al Horno Rebanadas de Melocotón Uvas Rojas</p>	<p>17 Rolo De Lasaña Con Carne Con Pan De Ajo o Palitos Rellenos de Queso Con Salsa de tomate Espinaca Salteada Ensalada de Pepino Fresco Peras Cortadas Banana Fresca</p>
<p>20 Palitos de Queso Mozzarella Con Salsa de tomate y Rollo Integral o Sándwich de Pollo Picante Vegetales Mixtos Papas Fritas al Horno Puré de Manzana Naranja en Rodajas</p>	<p>21 Palomitas De Pollo Con Pretzel o Croqueta de Carne a la Jamaicana Zanahorias Caramelizadas con Mantequilla y Azúcar Brócoli Cocido Al Vapor Ensalada de Fruta Manzana Fresca</p>	<p>22 Pollo al Horno o Pepitas de Pollo o Salsa de pollo dulce y amarga y lanzamiento con todo Arroz a la Española Plátanos Horneados Vegetales Mixtos Peras Cortadas Uvas Rojas</p>	<p>23 Nachos a la Grande o Quesadilla De Pollo con todo Arroz Amarillo Frijoles Maíz de Fiesta Ensalada De Tomate Pure de Manzana con Canela Banana Fresca</p>	<p style="background-color: #ADD8E6;"> </p>
<p>27</p>	<p>28 Pollo ala Barbacoa Con Ensalada casera Dieta de Pasta con Vegetales y Rollo Integral o Hot Dog Neoyorkino Patatas Dulces Fritas Frijoles al Horno Pure de Manzana con Canela Rebanadas de sandía</p>	<p>29 Waffles o Panqueques y Huevos Revueltos Patatas al la Pobre Tomates Pequeños Manzana Fresca Jugo de 100% Fruta</p>	<p>30 Salchicha y Pimiento o Pasta casera con Albóndigas Con Pan De Ajo Verduras italianas al vapor Ensalada de frijoles picante tres Ensalada de Fruta Banana Fresca</p>	<p>31 Nuggets de Pollo y Palitos de Mozzarella Con Salsa de tomate y Rollo Integral o Panini Integral a la Italiana Berenjenas asadas Ensalada Cesar Puré de Manzana Naranja en Rodajas</p>



En Whitsons, creemos en proporcionarles a los estudiantes comidas sanas que tengan buen sabor, junto con la educación en alimentación y nutrición, los ayuda a posicionarse para el éxito académico y vivir una vida más saludable.



VEGETARIANO

HECHO CON INGREDIENTES NATURALES

CERDO

HECHO CON INGREDIENTES ORGANICOS