

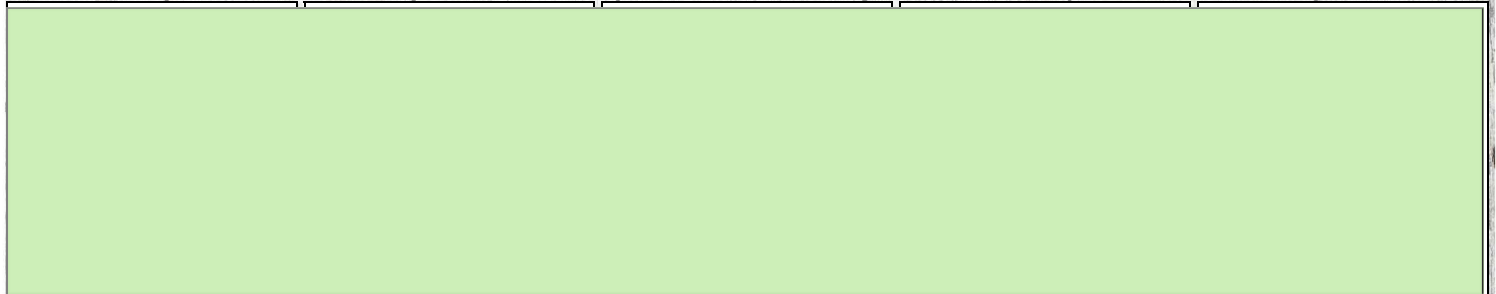
Bienvenido a Nuestro Almuerzo

Port Chester High School

Abril 2019

**MEATLESS
MONDAY**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1 Palitos de Queso Mozzarella y Pan Francés Con Salsa de tomate o Pan Plano con Salchichas Italianas Mezcla de verduras salteadas Zapallo Amarillo Peras Cortadas Naranja en Rodajas	2 Tacos de Carne o Nachos a la Grande Arroz Amarillo Maíz tostado dulce y picante Frijoles pintos Pure de Manzana con Canela Taza de Melón	3 Pasta casera al Alfredo con Pollo y Brócoli o Pollo Parmesano Con Pasta o Pasta casera con Albóndigas con todo Pan De Ajo Espinaca Salteada Berenjenas asadas Ensalada de Fruta Manzana Fresca	4 Sándwich de Huevo, Tocino y Queso o Pan Tostado Frances Con Salchicha Patatas al la Pobre Tiras De Pimiento Rojo Cobbler de melocotón hecho en casa Banana Fresca 100% Jugo de Naranja	5 Pollo asado peruano Frijoles y Arroz o Sándwich de Queso Philly Con Cebollas Y Pimientos Salteados Camote al Horno Espinaca Salteada Naranja en Rodajas
8 Sandwich de Queso Asado o Sándwich de Queso y Tomate o Sándwich Derretido con Avocado Patatas Dulces Fritas Brócoli Asado al Estilo Cajun Ensalada de Fruta Sandía	9 Gyro o Pollo al Horno Con Arroz Amarillo y Rollo Integral Vegetales Mixtos Papas rostizadas Peras Cortadas Manzana Fresca	10 Cajun Roasted Pork o Pepitas de Pollo Arroz a la Española Zapallo Rostizado Mezcla de verduras salteadas Durazno Picados Naranja en Rodajas	11 Albondigas o 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	12 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 Uvas Rojas



	23 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 Naranja en Rodajas	24 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 Manzana Fresca	25 Tacos o Quesadilla De Pollo Arroz Amarillo Frijoles Maíz de Fiesta Pure de Manzana con Canela Banana Fresca	26 Sándwich de Puerco Ahumado o Pollo y Gofres Con Almíbar Patatas Dulces Fritas Cebollas, champiñones y espinacas Rebanadas de Melocotón Uvas Rojas
--	---	--	--	---

29 Macarroned con Queso o Pollo ala Barbacoa Pan Mezcla de verduras salteadas Espinaca Salteada Durazno Picados Manzana Fresca	30 Waffles o Panqueques Sa y Huevos Revueltos Patatas al la Pobre Tomates Pequeños Taza de Melón Jugo de 100% Fruta
---	---

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.

WHITSONS®
School Nutrition



En Whitsons, sabemos que una buena nutrición alimenta a los estudiantes para un rendimiento óptimo, tanto mental como físicamente. Trabajamos duro para asegurarnos de que todos nuestros menús sean saludables, nutritivos y tengan buen sabor. Para obtener más información, visítenos en www.Whitsons.com o escanee nuestro código QR para ver todo lo que estamos haciendo para mantener a nuestros jóvenes clientes saludables.



VEGETARIANO
 HECHO CON INGREDIENTES NATURALES
 CERDO
 HECHO CON INGREDIENTES ORGANICOS