| **Lunes** | **Martes** | **Miércoles** | **Jueves** | **Viernes** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Semana 1 Lunes**Opción Plato Principal:**Bocados Queso Mozzarella - 28 con Marinara - 4oCostilla Cerdo BBQ en Pan- 37**Acompañantes:**Waffles Batata Frita - 18Frijoles Horneados BBQ - 33Manzanas Especiadas - 23 | Semana 1 Martes**Opción Plato Principal:**Nuggets Pollo - 16oBistec con Salsa - 5**Acompañantes:**Panecillo - 28Papas Majadas - 14Verduras Verdes Sazonadas - 8Cobbler de Manzana - 54 | Semana 1 Miércoles**Opción Plato Principal:**Pasta Queso Chili - 46 con Panecillo - 26oSándwich Pollo Parmesano – 46**Acompañantes:**Maíz Mexicali - 16Ensalada Mixta - 4Banana Fresca - 29 | Semana 1 Jueves**Opción Plato Principal:**Palitos de Pescado – 22con Bolitas Fritas de Maíz (2)-12oPavo & Queso en Ciabatta - 34**Acompañantes:**Frijoles Pintos - 26Papas al Horno - 18Peras - 18 | Semana 1 Viernes**Opción Plato Principal:**Surtido de Pizzas – 37oCaja de Hummus - 64**Acompañantes:**Zanahorias Tiernas – 7  con Dip - 2Coliflor - 7Melocotones - 13 |
| Semana 2 Lunes**Opción Plato Principal:**Nachos de Cheesesteak de Pollo - 51o Ravioli Tostado - 64 con Marinara - 4**Acompañantes:**Frijoles Negros Fiesta - 20Verduras Mixtas California - 5Manzanas Especiadas - 23 | Semana 2 Martes**Opción Plato Principal:**Albóndigas Carne con Salsa - 7oPollo Asado - 0**Acompañantes:**Panecillo - 28Papas Majadas - 14Zanahorias - 12Cobbler de Melocotón - 53 | Semana 2 Miércoles**Opción Plato Principal:**Espaguetis Horneado – 41oPalomitas de Pollo – 13**Acompañantes:**Tostada de Ajo Texas - 14Frijoles Verdes - 5Ensalada Mixta - 4Banana Fresca - 29 | Semana 2 Jueves**Opción Plato Principal:**Dumplings Asiáticos con Salsa Teriyaki - 40oPapa Rellena Horneada - 40 con Panecillo de Ajo - 23**Acompañantes:**Verduras Mixtas Asiáticas - 8Brócoli con Queso - 8Peras - 18 | Semana 2 Viernes**Opción Plato Principal:**Pizza Mexicana – 32oBurritoi de Pollo - 48**Acompañantes:**Maíz al Vapor - 20Zanahorias Tiernas – 7  con Dip - 2Melocotones - 13 |
| Semana 3 Lunes**Opción Plato Principal:**Tacos en Bolsa - 44oBocados de Nacho - 34**Acompañantes:**Frijoles Pintos - 26Maíz Mexicali - 16Manzanas Especiadas - 23 | Semana 3 Martes**Opción Plato Principal:**Macarrones con Queso - 29oNuggets Pollo - 16**Acompañantes:**Panecillo - 28Brócoli al Vapor - 5Habas Verdes - 22Cobbler de Fresa - 58 | Semana 3 Miércoles**Opción Plato Principal:**Pollo Tetrazzini - 32 con Panecillo - 26oPrepara tu Propio Kit de Pizza – 33**Acompañantes:**Zanahorias Glaseadas - 18Ensalada Mixta - 4Banana Fresca - 29 | Semana 3 Jueves**Opción Plato Principal:**Chili de Carne & Frijoles - 18Muffin de Maíz - 36oBocados Queso Mozzarella - 28 con Marinara - 4**Acompañantes:**Cuñas de Batata - 18Guisantes Verdes - 14Peras - 18 | Semana 3 Viernes**Opción Plato Principal:**Surtido de Pizzas – 37oSándwich Filete de Pollo - 43**Acompañantes:**Papas Horneadas – 18Frijoles Verdes - 5Melocotones - 13 |
| Semana 4 Lunes**Opción Plato Principal:**Pollo Mandarín - 21oNuggets Carne Teriyaki - 11**Acompañantes:**Fideos Chow Mein - 30Brócoli al Vapor - 5Zanahorias Glaseadas - 18Manzanas Especiadas - 23 | Semana 4 Martes**Opción Plato Principal:**Nuggets de Corn Dog - 30oSándwich de Carne Molida - 44**Acompañantes:**Cuñas de Batata - 18Frijoles Horneados BBQ - 33Cobbler de Arándano - 70 | Semana 4 Miércoles**Opción Plato Principal:**Pastel de Pollo - 31con Panecillo - 28oHamburguesa de Queso – 33Hamburguesa de Frijol Negro - 46**Acompañantes:**Frijoles Verdes - 5Papas Majadas - 14Banana Fresca - 29 | Semana 4 Jueves**Opción Plato Principal:**Palomitas de Pollo - 13w/Panecillo - 28oSub de Albóndigas - 44**Acompañantes:**Verduras Mixtas - 15Verduras Verdes Sazonadas - 8Peras - 18 | Semana 4 Viernes**Opción Plato Principal:**Surtido de Pizzas – 37oSándwich Pollo BBQ - 41**Acompañantes:**Papas al Horno - 18Ensalada de Repollo - 6Melocotones - 13 |
| **Leches**Sin Sabor 1% - 12Sin Sabor Descremada – 12Chocolate Descremada – 19Fresa Descremada - 23 | **Frutas**Manzana - 25Naranja - 11Banana - 29Pera – 25 | **Jugos de Frutas**100% Jugo de Manzana – 14100% Jugo de Frutas – 15100% Jugo de Mandarina - 17 | **Opciones Diarias Plato Principal**Sándwich Wowbutter – 53Kit de Almuerzo Jack Link’s- 52Wrap de Pavo y Queso - 34Ensalada Chef de Pollo Crujiente - 35  | Durham Public Schools School Nutrition logo of cartoon student riding bull.  Text reads, "Feeding Durham's Champs." |
| ***AVISO:*** *Los datos contenidos en este informe y el software de Planificación de Menús y Análisis Nutricional de NUTRIKIDS® no deben usarse y no proporcionan planificación de menús para un niño con una afección médica o alergia alimentaria.*  *Los ingredientes y los elementos del menú están sujetos a cambios o sustitución sin previo aviso. Consulte a un profesional médico para obtener ayuda en la planificación o el tratamiento de afecciones médicas..* |

# Escuelas Públicas de Durham K8 Ciclo Menú Almuerzo - Carbohidratos Otoño 2023