



Menús de las Escuelas Medias del Condado de Orange para febrero 2024

Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
<p>Los menús están sujetos a cambios</p> <p>Precios Desayuno: \$1.75 Almuerzo: \$3.25 Adultos: Precio por selección</p>	<p>Desayuno diario alternativo Opciones de entrantes: Cereales con galletas Opciones variadas para llevar</p>	<p>El desayuno incluye el 100%. Jugo de fruta y fruta de elección, El desayuno y la comida incluyen leche con chocolate descremada o 1% a elegir</p>	<p>Febrero 1 Pizza de desayuno Chicken Alfredo o Papa Rellena Pan Tostado Brocolí al vapor Ensalada Fruta de elección</p>	<p>Febrero 2 Croissant de huevo y queso Pizza variada Mixed Vegetables Fresh Carrots w/Dip Fruit Choice</p>
<p>Febrero 5 Biscuit de jamón Pollo picado o Sándwich de queso a la plancha Sopa de vegetales Papas Fritas Fruta de elección</p>	<p>Febrero 6 Sandwich de pollo Rollito de tacos al horno con papas fritas o Quesadilla de Pollo Frijoles Pintos Elote con Mantequilla Fruta de elección</p>	<p>Febrero 7 ROLLO DE CANELA Beef & Bean Chili w/Corn Muffin o Pizza de Dominos Zanahorias Ensalada Fruta de Elección</p>	<p>Febrero 8 Pan Dulces Pastel de pollo con pan o Hamburguesa con queso y bacon Camote Espinacas en crema Fruta de elección</p>	<p>Febrero 9 Croissant de huevo, bacón y queso Big Game Tailgate Party Corn Dogs minis Diferente opción de pizza Zanahorias con dip Brocoli con queso Fruta de elección</p>
<p>Febrero 12 Biscuit de Pollo Cheese Pocket o Albóndigas de Carne con Salsa y Arroz Puré de papa Crema de espinacas Fruta de elección</p>	<p>February 13 Strudel de manzana en palito Pollo o Bocaditos de carne teriyaki Arroz frito con verduras Zanahorias glaseadas Brócoli al vaporeamed Broccoli Fruta de Elección</p>	<p>Febrero 14 Pancakes con salchicha y huevos Pollo asado con gravy & aderezo o Pizza de Domino's Soufflé de camote Frijoles Blancos Copa de fruta congelada de cereza</p>	<p>Febrero 15 Muffins Espaguetis al horno con pan tostado o Deli Sub Ejotes Ensalada Fruta de elección</p>	<p>Febrero 16 Croissant de pavo, jamón y queso Pizza Maíz con mantequilla Zanahorias frescas con aderezo Fruta de elección</p>
<p>Febrero 19 No hay escuela</p>	<p>Febrero 20 Pancake en un palito Sándwich de pescado con queso o Hot Dog en pan con aderezos Papas fritas Frijoles al horno Fruta de elección</p>	<p>Febrero 21 Huevos, sémola de maíz, bacon, Hashbrowns Queso Chili Pasta w/Chips o Pizza de Dominos Maíz con mantequilla Frijoles Pintos Fruta de elección</p>	<p>Febrero 22 Pizza de desayuno Chicken Alfredo o Papa rellena al horno Pan Tostado Brócoli al vapor Ensalada mixta Fruta de elección</p>	<p>Febrero 23 Croissant de huevo y queso Pizza Verduras mixtas Zanahorias frescas con Dip Elección de frutas</p>
<p>Febrero 26 Biscuit de jamón Pollo Molido o Sándwich de queso a la plancha Sopa de verduras Papas fritas Fruta de elección</p>	<p>Febrero 27 Sándwich de pollo y waffle Rollitos de tacos al horno con chips o Quesadilla de Pollo Frijoles Pintos Maíz con mantequilla Fruta de elección</p>	<p>Febrero 28 Rollos de Canela Chili de carne y frijoles con pan de ma o Pizza de Dominos Zanahorias glaseadas Ensalada Fruta de elección</p>	<p>Febrero 29 Rebanada de pan dulce Pastel de pollo con pan o Hamburguesa de queso con bacon camote Crema de espinacas Fruta de elección</p>	

Nutrition Byte Beyond the Table

El Mes Nacional de la Nutrición® se celebra cada mes de marzo. El tema del NNM de 2024 es "Más allá de la mesa". No sólo comemos juntos alrededor de una mesa, sino también sobre la marcha, en colegios y restaurantes, y en partidos y eventos. Pensar más allá de la mesa aborda el aspecto de la nutrición que va de la granja a la mesa, desde la producción de alimentos hasta su distribución, almacenamiento, preparación y consumo. El tema nos ayuda a reflexionar y a elegir los mejores alimentos.

Las comidas escolares pueden marcar la diferencia para los alumnos. Las comidas escolares ofrecen a diario platos principales, guarniciones y leche desnatada o descremada. Las comidas incluyen una variedad de cereales integrales, proteínas magras, frutas y verduras. Muchas escuelas participan en el programa "De la granja a la escuela" y ofrecen ingredientes cultivados en Carolina del Norte.

Cada marzo, la Academia de Nutrición y Dietética celebra el Mes Nacional de la Nutrición®. Haga planes ahora para celebrarlo con su familia, en la escuela de su hijo y en la comunidad.

Esta institución ofrece igualdad de oportunidades.

<https://www.dpi.nc.gov/districts-schools/district-operations/school-nutrition>