

Escuelas del Condado de Orange Hillsborough E

Menús para febrero de 2024

<p>Los menús pueden cambiar.</p> <p><u>Precios de las comidas</u> Desayuno: Gratis Almuerzo: 2,75 Adultos: Precios a la carta</p>	<p>Las opciones diarias de platos principales alternativos para el desayuno incluyen: Cereales con galletas variadas Opciones para llevar</p>	<p>El desayuno incluye jugo 100% de frutas y fruta a elección, El desayuno y el almuerzo incluyen leche de chocolate descremada o leche al 1% a elegir.</p>	<p style="text-align: center;">febrero 1</p> <p>Rebanada de pan dulce Pollo Alfredo con tostadas Texas OCS Nacho Box</p> <p>Brócoli al vapor Ensalada mixta Fruta a elegir</p>	<p style="text-align: center;">febrero 2</p> <p>No hay escuela Día de trabajo de los maestros</p>
<p style="text-align: center;">febrero 5</p> <p>Bocaditos de queso y canela Hamburguesa de costilla de cerdo o Sándwich de queso a la plancha Sopa de verduras Papas fritas al horno Fruta a elegir</p>	<p style="text-align: center;">febrero 6</p> <p>Biscuit de jamón Sandwich de pollo o Rollito de taco al horno Pinto Beans Buttered Corn Fruta a elegir</p>	<p style="text-align: center;">febrero 7</p> <p>Sándwich de pollo y waffles Chili de res y frijoles con panecillo de maíz o Corn Dog Nuggets Zanahorias glaseadas Ensalada mixta Fruta a elegir</p>	<p style="text-align: center;">febrero 8</p> <p>Palito de Strudel de Manzana Pastel de Pollo con Pan o Yogur Snack Pack</p> <p>Puré de papas Espinacas a la crema Fruta a elegir</p>	<p style="text-align: center;">febrero 9</p> <p>Entrada elegida por el manager Big Game Tailgate Party Mini Corn Dogs Pizza variada Zanahorias frescas con salsa Brócoli al vapor Fruta a elegir</p>
<p style="text-align: center;">febrero 12</p> <p>Biscuit de pollo Cheese Pocket Sub de albóndigas</p> <p>Frijoles verdes Papas asadas Frutas</p>	<p style="text-align: center;">febrero 13</p> <p>Pancakes Pollo a la mandarina o Pedacitos de res teriyaki Arroz frito con verduras Zanahorias glaseadas Brócoli al vapor Fruta a elegir</p>	<p style="text-align: center;">febrero 14</p> <p>Croissant de huevo y queso Pollo asado con salsa y aliño o Hamburguesa con queso local en pan Soufflé de Camotes Frijoles Negros Copa de cerezas congeladas</p>	<p style="text-align: center;">febrero 15</p> <p>Pizza de desayuno Espaguetis al horno con tostadas o Sub Deli Ensalada mixta Papas fritas al horno Fruta a elegir</p>	<p style="text-align: center;">febrero 16</p> <p>Entradas a elección del Manager</p> <p>Pizza variada Maíz con mantequilla Pepino y tomate con salsa Fruta a elegir</p>
<p style="text-align: center;">febrero 19</p> <p>Biscuit de salchicha Pizza de pan francés con Marinara o Nuggets de pollo con rollo de pan</p> <p>Camotes dulces Maíz con mantequilla Fruta a elegir</p>	<p style="text-align: center;">febrero 20</p> <p>Panqueque en palito Sándwich de pescado Perrito caliente en pan</p> <p>Papas fritas al horno Frijoles al horno Fruta a elegir</p>	<p style="text-align: center;">febrero 21</p> <p>Muffin Salisbury Steak con salsa y panecillo o Sándwich de mantequilla de soja y gelatina Puré de papas Guisantes verdes Fruta a elegir</p>	<p style="text-align: center;">febrero 22</p> <p>Sweet Bread Slice Rebanada de pan dulce Pollo Alfredo con tostadas Texas OCS Nacho Box Brócoli al vapor Ensalada mixta Fruta a elegir</p>	<p style="text-align: center;">febrero 23</p> <p>Entradas a elección del Manager</p> <p>Pizza variada Verduras mixtas Zanahorias frescas con salsa Fruta a elegir</p>
<p style="text-align: center;">febrero 26</p> <p>Bocaditos de queso y canela Hamburguesa de costilla de cerdo o Sándwich de queso a la plancha Sopa de verduras Papas fritas al horno Fruta a elegir</p>	<p style="text-align: center;">febrero 27</p> <p>Biscuit de jamón Sandwich de pollo o Rollito de taco al horno Frijoles Pintos Maíz con mantequilla Fruta a elegir</p>	<p style="text-align: center;">febrero 28</p> <p>Sándwich de pollo y waffles Chili de res y frijoles con panecillo de maíz o Corn Dog Nuggets Zanahorias glaseadas Ensalada mixta Fruta a elegir</p>	<p style="text-align: center;">febrero 29 febrero 8</p> <p>Palito de Strudel de Manzana Pastel de Pollo con Pan o Yogur Snack Pack</p> <p>Puré de papas Espinacas a la crema Fruta a elegir</p>	

Familias Creando conexión

Más allá de la mesa

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 escuelas y restaurantes, y en partidos y eventos. Pensar más allá de la mesa aborda el aspecto de la nutrición que va de la granja al tenedor, desde la producción de alimentos hasta su distribución, almacenamiento, preparación y consumo. El tema nos ayuda a reflexionar y a tomar las mejores decisiones alimentarias para nosotros y nuestras familias. Las comidas escolares pueden marcar la diferencia para los estudiantes. Las comidas escolares ofrecen diariamente platos principales, guarniciones y leche desnatada o descremada. Las comidas incluyen una variedad de cereales integrales, carne sin grasa y productos lácteos, proteínas, frutas y verduras. Muchas escuelas participan en el programa "de la granja a la escuela" y ofrecen ingredientes cultivados en Carolina del Norte. Algunas escuelas ofrecen recetas del Instituto Culinario K-12 de Carolina del Norte o nuevas recetas desarrolladas localmente. Los estudiantes de escuelas preparatorias de Carolina del Norte tienen la oportunidad de trabajar con sus maestros y el Programa de Nutrición Escolar local para crear recetas de platos principales para el almuerzo escolar. Más información sobre el N.C. K-12 Culinary Institute en <https://bit.ly/3Gp5ScrA> y el concurso N.C. Jr. Chef Competition en <https://bit.ly/3vMghhi>. Cada mes de marzo, la Academia de Nutrición y Dietética celebra el Mes Nacional de la Nutrición®. Planifique ahora para celebrar con su familia, en la escuela de su hijo y en la comunidad. Encuentre un nutricionista dietista registrado (RDN), consejos de nutrición e información sobre el #NNM en www.eatright.org. Esta institución ofrece igualdad de oportunidades.



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

