

Menu para Noviembre 2019

Escuelas Publicas de New Haven

This institution is an equal opportunity provider. Menus are subject to change.



Coolstock/CC BY 2.0

NUTS.

White-tailed deer live in most of the U.S., and if they're in your neck of the woods, you know that they'll eat just about anything! But they have one particular favorite food: **ACORNS**. These nuts from oak trees provide deer with a perfect package of protein, carbohydrates, calories, and fiber. Deer like them so much that acorns can make up 75% of everything they eat in fall and early winter!

ANIMAL APPETITES

DISPONIBLE DIARIAMENTE

- **Yogurt Plate
- **Pretzel Plate
- **Salad Plate
- **Hummus Plate
- Deli Sandwich
- **Sunbutter and Jelly Sandwich

Daily Special Varies:

(i.e. **Tuna Sandwich, *Egg Salad Sandwich, etc.)



- ⇒ Todos nuestros granos son integrales
- ⇒ Los artículos marcados con (**) son Vegetarianos

Viernes, Noviembre 1

**Pizza

Puede Tomar Dos
Ejotes Sazonados
Fruta fresca o Vaso de Fruta
Barra de Ensalada

Selección de Leche
Leche Descremada o
Leche Baja en Grasa 1%



What are the farmers in this picture harvesting?

Lunes, Noviembre 4

**Tostada de Queso 0
**Hamburguesa Vegetariana en un Rollo de Grano Entero

Puede Tomar Dos
Sopa de Tomate o Batata Frita
Fruta fresca o Vaso de Fruta
Barra de Ensalada
Selección de Leche
Leche Descremada o
Leche Baja en Grasa 1%

Martes, Noviembre 5

NO HAY ESCUELA

Miercoles, Noviembre 6

BBQ Teriyaki Pollo, Fideos, Galleta de Fortuna

Puede Tomar Dos
Brócoli
Fruta fresca o Vaso de Fruta
Barra de Ensalada

Selección de Leche
Leche Descremada o
Leche Baja en Grasa 1%

Jueves, Noviembre 7

Albóndiga Sub

Puede Tomar Dos
Zanahorias Sazonadas
Fruta fresca o Vaso de Fruta
Barra de Ensalada

Selección de Leche
Leche Descremada o
Leche Baja en Grasa 1%

Viernes, Noviembre 8

**Pizza

Puede Tomar Dos
Mezcla de Vegetales
Fruta fresca o Vaso de Fruta
Barra de Ensalada

Selección de Leche
Leche Descremada o
Leche Baja en Grasa 1%



Learn more at www.CHOOSEMYPLATE.gov or http://kidshealth.org/kid/stay_healthy/food/pyramid.html



KIDS!
Join us for our
Thanksgiving Feast
Viernes, Noviembre 22

STRANGE BUT TRUE!

LOTS OF OTHER ANIMALS BESIDES DEER LOVE ACORNS. BUT IF ALL THE ACORNS GET EATEN, WHERE WILL NEW OAK TREES COME FROM? DON'T WORRY -- **THE OAK TREES HAVE A PLAN!** MOST YEARS, THE TREES PRODUCE A FAIRLY SMALL CROP OF ACORNS, WHICH MEANS THE ACORN-EATERS WILL HAVE LESS FOOD TO GO AROUND AND FEWER OFFSPRING. THEN, THE TREES WILL HAVE **WHAT'S KNOWN AS A "MAST" YEAR,** WHEN THEY PRODUCE HUGE NUMBERS OF ACORNS - FAR MORE THEN THE SMALLER POPULATION OF ACORN-LOVERS CAN EAT, SO MORE ACORNS

HAVE A CHANCE TO BECOME SEEDLINGS AND MATURE OAKS!



Lunes, Noviembre 11



Martes, Noviembre 12

BBQ Pechuga de Pollo en un Rollo de Grano Entero

Puede Tomar Dos
Batata Frita
Fruta fresca o Vaso de Fruta
Barra de Ensalada

Selección de Leche
Leche Descremada o Leche Baja en Grasa 1%

Miercoles, Noviembre 13

Hamburguesa en un Rollo de Grano Entero

Puede Tomar Dos
Maíz
Fruta fresca o Vaso de Fruta
Barra de Ensalada

Selección de Leche
Leche Descremada o Leche Baja en Grasa 1%

Jueves, Noviembre 14

Pollo Asado, Rollo de Grano Entero

Puede Tomar Dos
Col Rizada
Fruta fresca o Vaso de Fruta
Barra de Ensalada

Selección de Leche
Leche Descremada o Leche Baja en Grasa 1%

Viernes, Noviembre 15

****Pizza**

Puede Tomar Dos
Ejotes Sazonados
Fruta fresca o Vaso de Fruta
Barra de Ensalada

Selección de Leche
Leche Descremada o Leche Baja en Grasa 1%

Lunes, Noviembre 18

**** Pedazos de Pan Frances, Salchicha Vegetariana**

Puede Tomar Dos
Jugo de Naranja
Fruta fresca o Vaso de Fruta
Barra de Ensalada

Selección de Leche
Leche Descremada o Leche Baja en Grasa 1%

Martes, Noviembre 19

Pasta con Salsa Marinara y Carne, Rollo de Grano Entero

Puede Tomar Dos
Brócoli
Fruta fresca o Vaso de Fruta
Barra de Ensalada

Selección de Leche
Leche Descremada o Leche Baja en Grasa 1%

Miercoles, Noviembre 20

Selección del Chef

Puede Tomar Dos
Zanahorias
Fruta fresca o Vaso de Fruta
Barra de Ensalada

Selección de Leche
Leche Descremada o Leche Baja en Grasa 1%

Jueves, Noviembre 21

****Pizza**

Puede Tomar Dos
Ejotes Sazonados
Fruta fresca o Vaso de Fruta
Barra de Ensalada

Selección de Leche
Leche Descremada o Leche Baja en Grasa 1%

Miercoles, Noviembre 22

Pavo Asado, Papas Majadas, Rollo de Grano Entero

Puede Tomar Dos
Maíz
Fruta fresca o Vaso de Fruta
Barra de Ensalada

Selección de Leche
Leche Descremada o Leche Baja en Grasa 1%

Lunes, Noviembre 25

****Falafel Tots, Pita Bread**

Puede Tomar Dos
Frijoles Negros
Fruta fresca o Vaso de Fruta
Barra de Ensalada

Selección de Leche
Leche Descremada o Leche Baja en Grasa 1%

Martes, Noviembre 26

BBQ Costilla de Res en un Rollo de Grano Entero

Puede Tomar Dos
Batata Frita
Fruta fresca o Vaso de Fruta
Barra de Ensalada

Selección de Leche
Leche Descremada o Leche Baja en Grasa 1%

Miercoles, Noviembre 27

****Pizza**

Puede Tomar Dos
Mezcla de Vegetales
Fruta fresca o Vaso de Fruta
Barra de Ensalada

Selección de Leche
Leche Descremada o Leche Baja en Grasa 1%

Thanks giving

**ENJOY YOUR HOLIDAY!
NOS VEMOS EL LUNES!**