



Junio 2025

Escuelas HS & MS de Hempstead

MENU ALMUERZO

Ensalada
semanal del chef
Ensalada de
pollo picante,
Hamburguesas
Hamburguesa
con queso
Sándwiches de
pollo,
Surtido
Envuelve
Nuggets de
pollo, nachos
con carne,
frijoles y queso

Todos los
almuerzos
deben incluir
la elección de:
Frutas y/o
Verdura
y puede
incluir:
Leche baja en
grasa al 1%

Powering
potential.

Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
² Muslos de pollo Papas fritas al horno Manzana	³ Sanduche de albóndigas Frejoles verdes Naranja	⁴ Hamburguesa jamaicana Maíz Pera	⁵ Fideos con salsa de carne Zanahorias al vapor Plátano	Pizza de queso WG o pollo Buffalo Ensalada de repollo Sandía
⁹ Filetes de pollo Papas fritas al horno Manzana	¹⁰ Macarrones con queso palomitas de maíz Pollo Frejol verde Ciruelas	¹¹ Pavo y manzana derretida Papas fritas al horno Melón	¹² Pollo al horno Patata Roja Sandía	¹³ Pizza de queso WG o pepperoni Ensalada mixta naranja
¹⁶ Hamburguesa jamaicana Maíz Pera	¹⁷ Pollo Teriyaki Arroz Brocoli Manzana	¹⁸ Rollo de salchicha Frank WG Frijoles vegetarianos Naranja	¹⁹ Escuela Cerrada	Pizza de queso WG o pollo Buffalo Ensalada de repollo Sandía
²³ Wafle holandés Salchicha Papas fritas al horno Naranja	²⁴ Pizza de queso WG o pepperoni Ensalada mixta Sandía	²⁵ Nuggets de pollo Papas fritas al horno Manzana	²⁶ Pavo y manzana derretida Zanahorias pequeñas Melón	²⁷ Medio día
³⁰ Escuela Cerrada				

Los menús están sujetos a cambios.



Sándwiches (todos en pan WG): Cabeza de Jabalí Giratoria Pavo & Queso o Jamón (P) & Queso, Queso Americano, Mantequilla de Sol y Jalea Parfait de frutas y yogur con granola

Almuerzo de bagel: bagel WG con 2 palitos de queso

aramark
STUDENT
NUTRITION

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.