

## Distrito escolar del área de Dover

### Menú del Ciclo de Almuerzo de la Escuela Secundaria



marzo 2023

Leche blanca al 1%, leche chocolatada al 1% y leche de fresa sin grasa disponibles todos los días.

**Declaración de la misión de nutrición escolar de Dover**

Alimente a todos los estudiantes con comidas saludables y nutritivas que sean de origen responsable y preparadas de manera segura y servidas en un ambiente alegre, atmósfera.

Nuestro patio de comidas de la escuela secundaria tiene 5 estaciones de comida donde los estudiantes pueden elegir platos principales y vegetales, granos y frutas para crear su propia comida única cada día. Todas las opciones de comida (excepto refrigerios a la carta) están disponibles para hacer comidas reembolsables, así como para comprar individualmente como artículos a la carta. Para la comida, los estudiantes deben seleccionar un mínimo de 3 componentes siendo 1 una fruta o verdura. Los estudiantes pueden tener un máximo del plato principal más 2 vegetales y 2 frutas como se muestra en las siguientes imágenes.



Las opciones ÚNICAMENTE a la carta incluyen  
**Helado de Hershey**  
 Bebidas embotelladas y enlatadas de sabores variados  
 Agua embotellada y jugo Bocadillos salados y productos horneados en bolsas  
*Todas las opciones a la carta cumplen con Smart Snack de acuerdo con la Política de Bienestar del Distrito*

Platos de las comidas...  
**Desayuno - Gratis para todos los estudiantes**  
**Desayuno Adulto - \$2.10**  
 Almuerzo para estudiantes de secundaria - \$2.95  
**Almuerzo estudiantil reducido - \$.40**  
**Almuerzo Adulto - \$4.00**  
 NO se podrá realizar ningún cargo a cuenta a la carta.

Robar comida del patio de comidas del distrito se considera robo. Si te sorprenden robando habrá acción disciplinaria. Todos los artículos deben facturarse a través del cajero.

Estaciones de comida	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<b>Tazón De Puré De Papas Con Pollo</b> <small>(puré de papas, pollo con palomitas de maíz, salsa y queso cheddar)</small>	 <b>Tacos, Nachos, Burritos</b> Pollo ~ Res ~ Cerdo ~ Frijoles pollo ~ carne de res ~ cerdo ~ frijoles	 Barra de pasta con salsas variadas Raviolis ~ Lasaña	 Salteado Asiático Arroz o Fideos, Ternera o Pollo, Verduras	desayuno para el almuerzo Crepes, Waffles, Huevos, Patatas
	<b>Tazón De Puré De Papas Con Pollo</b> <small>(puré de papas, pollo con palomitas de maíz, salsa y queso cheddar)</small>	<b>sopa y tostadas</b> Combinaciones de Sopa y Sándwich Queso Grillado, Triple Queso, Jamón y Queso	<small>construir una barra de hamburguesas</small> Bacon, Queso, Champiñones, Pizza, Barbacoa Lechuga, Tomate, Cebolla, Pepinillos	<small>Encima de una barra de patatas</small> Chile, brócoli, queso, crema agria de tocino, cebollas, mantequilla	desayuno para el almuerzo Panqueques o Gofres, Huevos, Papas o Galletas con Salsa de Salchicha
	Filete de Queso o Sub de Albóndigas	Empanada de Pollo o Pollo Picante	Sándwich caliente a elección del chef	Perros dobles o perros de maíz	<b>Dedos de pollo o nuggets</b>
	Surtido de rebanadas de pizza recién horneadas	Surtido de rebanadas de pizza recién horneadas	Surtido de rebanadas de pizza recién horneadas	Surtido de rebanadas de pizza recién horneadas	Surtido de rebanadas de pizza recién horneadas
	<b>Panecillo</b> maíz mantecoso Zanahorias bebe peras refrigeradas Fruta Fresca de Temporada	Pan de maíz Frijoles Fiesta Flores de brócoli fresco Fruta mixta refrigerada Fruta Fresca de Temporada	palito de pan Judías verdes mantecosas Mini Ensalada De Acompañamiento <b>Coba</b> Fruta Fresca de Temporada	<b>Panecillo brócoli asado</b> Palitos de apio con PB piñas refrigeradas Fruta Fresca de Temporada	Panecillo de canela <b>Verduras mixtas</b> Cucharones de verduras Melocotones Refrigerados Fruta Fresca de Temporada
	Subs variados, ensaladas y wraps <b>Munchables Estilo Deli</b> Parfaits de frutas y yogur	Subs variados, ensaladas y wraps <b>Munchables Estilo Deli</b> Parfaits de frutas y yogur PBJ incrustable	Subs variados, ensaladas y wraps <b>Munchables Estilo Deli</b> Parfaits de frutas y yogur	Subs variados, ensaladas y wraps <b>Munchables Estilo Deli</b> Parfaits de frutas y yogur PBJ incrustable	Subs variados, ensaladas y wraps <b>Munchables Estilo Deli</b> Parfaits de frutas y yogur

¡POP-UPS! ¡CELEBRACIONES! ¡OFERTAS!

<p>¡POP-UPS! ¡CELEBRACIONES! ¡OFERTAS!</p> <p style="color: red; font-weight: bold;">BÚSQUENOS EN EL LUGAR CALIENTE</p>	<p>viernes, 3 de marzo Huevos Verdes y Jamón con Galleta</p> <p>martes, 14 de marzo (3.14) ¡Día de Pi!</p> <p>¡Disfruta de una porción de Pizza Pie y Orange Slices!</p>	<p>6 - 10 de marzo ¡El menú Latinx Club se hace cargo!</p> <p style="color: red; font-weight: bold;">*Ver Menú Especial*</p> <p style="color: red; font-weight: bold;">¡Con comidas de países latinos!</p>	<p>Jueves, 16 de marzo - Comida del día de San Patricio</p> <p>Pastel de Shephard Irlandés al horno (carne de res, vegetales mixtos, puré de papas y queso)</p> <p>Repollo al vapor y zanahorias Rodajas de manzana verde Sorbete de arcoiris</p>	<p>Jueves, 23 de marzo - Día Nacional de Chip n Dip</p> <p>Dip de queso y carne con totopos y aderezos (tomate, queso, cebolla, jalapeño)</p> <p>¡O Cubra su Tater!</p>	<p>Mes Nacional de la Nutrición marzo - Día del Arcoiris de Alimentos</p> <p>¡Come un arco iris de alimentos todos los días para la salud!</p> <p>Pollo Tikka Sobre Arroz Brócoli Asado Y Coliflor Zanahorias bebe Tazón de frutas frescas</p>
---	--	--	---	---	--

Menú sujeto a cambios      Menú sujeto a cambio sin previo aviso.      Kelly Renard, SNS, Directora de Nutrición Escolar, krenard@doversd.org      Somos un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades.