

El USDA es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades.



Metz
FOOD SERVICE MANAGEMENT

Mifflin County School District
Desayuno de abril para primaria e intermedia

¡Empiece el día con un desayuno GRATIS para el año escolar 2024-2025!

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	<u>Abril 1</u> Pizza de desayuno O cereal con panecillo	<u>Abril 2</u> Día de la Dona O Cereal con Yogur	<u>Abril 3</u> Panqueques O cereal con muffin	<u>Abril 4</u> Cereales variados con muffin
<u>Abril 7</u> Cereales variados con palitos de queso	<u>Abril 8</u> Panqueque en palito O cereal con muffin	<u>Abril 9</u> Gofre holandés O cereal con yogur	<u>Abril 10</u> Galleta de huevo y queso o cereal con muffin	<u>Abril 11</u> Cereales variados con muffin
<u>Abril 14</u> Cereales variados con muffin	<u>Abril 15</u> Pizza de desayuno O cereal con panecillo	<u>Abril 16</u> Día de la Dona O Cereal con Yogur	<u>Abril 17</u> Panqueques O cereal con muffin	<u>Abril 18</u> No hay clases Viernes Santo
<u>Abril 21</u> No hay clases Lunes de Pascua	<u>Abril 22</u> Panqueque en palito O cereal con muffin	<u>Abril 23</u> Gofre holandés O cereal con yogur	<u>Abril 24</u> Galleta de huevo y queso o cereal con muffin	<u>Abril 25</u> Cereales variados con muffin
<u>Abril 28</u> Cereales variados con muffin	<u>Abril 29</u> Pizza de desayuno O cereal con panecillo	<u>Abril 30</u> Día de la Dona O Cereal con Yogur		

¿Qué es una comida?
Debe elegir al menos 3 de los 4 componentes disponibles para el desayuno escolar.

Elección de: Granos o granos/proteína
Elección de fruta o verdura (debe tomar al menos 1/2 taza)

y
Elección de leche
Debe tomar al menos 1/2 taza de fruta o verdura

Cereal integral
La selección puede incluir:
Cinnamon Toast Crunch
Trix, Cocoa Puffs, Cheerios
Rice Crunch, Kix, Cheerios
Fruit Loops, Frosted Flakes
Rice Krispies, Reese's

Frutas:
Duraznos enlatados, puré de manzana, peras, piña, cóctel de frutas, mandarinas, jugo 100 % natural (manzana, naranja, uva), selección de fruta fresca, incluyendo manzanas, plátanos y naranjas.

¿Preguntas?

Por favor, contáctenos.

Bob DuFour

Director of Foodservice

rd02@mcsdk12.org

717-248-0148...ext..2514

El menú está sujeto a cambios según la disponibilidad del producto.



Mifflin County School District
Desayuno de secundaria
Abril de 2025

Questions, Please Contact
 "Food Service Director"
 Bob DuFour
 717-248-0148
 Ext. 2514
rd02@mcsdk12.org

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Tostadas france- sas Palitos O PBJ	Sándwich de sal- chicha, huevo y queso O PBJ	Cereales vari- ados con muffin O PBJ	Panqueque y sal- chicha en palito O PBJ	Desayuno Pizza O PBJ

What is a Meal?
 You must choose at least 3 of the 4 components available for the school breakfast price.

Choice of: Grain or grain/protein
 Choice of fruit or vegetable (must take at least a 1/2 cup) and
 Choice of Milk
 Choice of Milk - 1% white, fat-free white, chocolate, vanilla and strawberry

You must take at least 1/2 cup of fruit or vegetable

OTRAS OPCIONES DE DESAYUNO DISPONIBLES
TODOS LOS DÍAS:
 Cereales variados
 Muffins, Pop-Tarts,
 Donas integrales
 Y
 Mini Cinnis

Empieza tu día con un desayuno gratuito durante el curso escolar 24-25



El USDA es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades

Menú sujeto a cambios según disponibilidad del producto.

Mifflin County School District

Academia de abril de 2025

El USDA es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades.

¿Qué es una comida?
 Debe elegir al menos 3 de los 5 componentes disponibles para el precio del almuerzo escolar. Un almuerzo reembolsable debe incluir al menos 1/2 taza de fruta o al menos 1/2 taza de verdura.
 Carne o sustituto de carne.
 Verdura a elegir.
 Fruta a elegir.
 Granos/Pan.
 Leche a elegir.

Los subgrupos de verduras semanales pueden incluir:
 Verde oscuro: espinacas, brócoli, lechuga romana y ensalada de primavera.
 Rojo/anaranjado: zanahorias, boniatos, tomates y pimientos rojos.
 Frijoles/guisantes.
 Almidonadas: papas blancas, maíz y habas.
 Otras verduras: tallos de apio, pepinos, coliflor, pimientos verdes, judías verdes y repollo.
Las frutas destacadas pueden incluir:
 naranjas, manzanas, plátanos, uvas, peras, duraznos, melones, fresas, puré de manzana, piña, jugos 100% de fruta y mandarinas.

Deja tu lonchera en casa. Las alternativas diarias pueden incluir:
 Carne de pollo, hamburguesas con queso, sándwiches.

El menú está sujeto a cambios según la disponibilidad del producto.

Precios del almuerzo:
 Estudiante: \$3.00
 Estudiante reducida: \$0.40

Questions, Please Contact "Food Service Director"
 Bob DuFour
 717-248-0148
 Ext. 2514
rd02@mcsdk12.org



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<u>Abril 1</u> Plato principal Pollo Quesadilla VEGETALES DESTACADOS Frijoles negros Lechuga y tomate <i>Día 4</i>	<u>Abril 2</u> Plato principal Salsa de pollo y galletas VEGETALES DESTACADOS Puré de papas Maíz <i>Día 5</i>	<u>Abril 3</u> Plato principal Husky Fresco VEGETALES DESTACADOS Papas fritas Judías verdes <i>Día 6</i>	<u>Abril 4</u> Plato principal Panqueques con salchicha VEGETALES DESTACADOS Tots Palitos de apio <i>Día 1</i>
	Alternativas:	Sándwich de costillar		
<u>Abril 7</u> Plato principal A la parrilla Pollo estilo búfalo Sándwich VEGETALES DESTACADOS Maíz Papas fritas <i>Día 2</i>	<u>Abril 8</u> Plato principal Queso Pizza VEGETALES DESTACADOS Tri-Tator Tomate cherry <i>Día 3</i>	<u>Abril 9</u> Plato principal Espaguetis con salsa de carne Palitos de pan VEGETALES DESTACADOS Ensalada de acompañamiento Judías verdes <i>Día 4</i>	<u>Abril 10</u> Plato principal Sloppy Joe VEGETALES DESTACADOS Tots Frijoles al horno <i>Día 5</i>	<u>Abril 11</u> Plato principal Tacos de pescado con salsa picante VEGETALES DESTACADOS Elote Lechuga y tomate <i>Día 6</i>
	Alternativas:	Hamburguesa de pollo		
<u>Abril 14</u> Plato principal Pollo con tocino Pan plano ranchero VEGETALES DESTACADOS Papas fritas Brócoli al vapor <i>Día 1</i>	<u>Abril 15</u> Plato principal Taco para caminar con panecillo VEGETALES DESTACADOS Elote Lechuga y tomate <i>Día 2</i>	<u>Abril 16</u> Plato principal Queso a la plancha Sopa de tomate VEGETALES DESTACADOS Guisantes Zanahorias baby <i>Día 3</i>	<u>Abril 17</u> Plato principal Cerdo desmenuzado Sándwich VEGETALES DESTACADOS Tri-Tator Tomate cherry Dulce de Pascua <i>Día 4</i>	<u>Abril 18</u> Plato principal No hay clases Viernes Santo 
	Alternativas:	Sándwich de delicatessen		
<u>Abril 21</u> Entrada No hay clases Vacaciones de Semana Santa 	<u>Abril 22</u> Plato principal Burrito de pollo Tazón de arroz VEGETALES DESTACADOS Maíz Frijoles negros <i>Día 5</i>	<u>Abril 23</u> Plato principal Sopa de pollo con fideos con mantequilla de cacahuete Sándwich VEGETALES DESTACADOS Tiras de pimiento Brócoli al vapor <i>Día 6</i>	<u>Abril 24</u> Plato principal Ensalada del chef con panecillo VEGETALES DESTACADOS Zanahorias Papas fritas <i>Día 1</i>	<u>Abril 25</u> Plato principal Sándwich de salchicha huevo y queso VEGETALES DESTACADOS Tots Maíz <i>Día 2</i>
	Alternativas:	Hamburguesa con queso		
<u>Abril 28</u> Plato principal Chili con queso Salchichas calientes VEGETALES DESTACADOS Papas fritas Zanahorias <i>Día 3</i>	<u>Abril 29</u> Plato Fuerte Nachos Grande (Nachos de Carne) VEGETALES DESTACADOS Frijoles Negros Lechuga y Tomate <i>Día 4</i>	<u>Abril 30</u> Plato principal Pollo Alfredo con/Palitos de pan VEGETALES DESTACADOS Ensalada Ejotes <i>Día 5</i>		
	Alternativas:	Sándwich de pollo picante		

Mifflin County School District

Abril 2025 Elementary-Intermediate

El USDA es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades.

¿Qué es una comida?
 Debe elegir al menos 3 de los 5 componentes disponibles para el precio del almuerzo escolar. Un almuerzo reembolsable debe incluir al menos 1/2 taza de fruta o al menos 1/2 taza de verdura.
 Carne o sustituto de carne.
 Verdura a elegir.
 Fruta a elegir.
 Granos/Pan.

Los subgrupos de verduras semanales pueden incluir:
 Verde oscuro: espinacas, brócoli, lechuga romana y ensalada de primavera.
 Rojo/anaranjado: zanahorias, boniatos, tomates y pimientos rojos.
 Frijoles/guisantes.
 Almidonadas: papas blancas, maíz y habas.
 Otras verduras: tallos de apio, pepinos, coliflor, pimientos verdes, judías verdes y repollo.
Las frutas destacadas pueden incluir:
 naranjas, manzanas, plátanos, uvas, peras, duraznos, melones, fresas, puré de manzana, piña, jugos 100% de fruta y mandarinas.

Deja tu lonchera en casa. Las alternativas diarias pueden incluir:
 Ensalada fresca de la semana
 Antojo de la semana: nachos con totopos y salsa, palitos de queso y galletas, palitos de pan para untar y mucho más.

El menú está sujeto a cambios según la disponibilidad del producto.

Precios del almuerzo:
 Estudiante: \$2.85
 Estudiante reducida: \$0.40

Questions, Please Contact "Food Service Director"
 Bob DuFour
 717-248-0148
 Ext. 2514
rd02@mcsdk12.org



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<u>Abril 1</u> Plato principal Pollo Quesadilla VEGETALES DESTACADOS Maíz Lechuga y tomate <i>Dia 4</i>	<u>Abril 2</u> Plato principal Albóndigas Sándwich VEGETALES DESTACADOS Papas fritas Guisantes <i>Dia 5</i>	<u>Abril 3</u> Plato principal Salsa de pollo con galletas VEGETALES DESTACADOS Puré de papas Maíz <i>Dia 6</i>	<u>Abril 4</u> Plato principal Jamón, huevo y queso Sándwich VEGETALES DESTACADOS Tots Judías verdes <i>Dia 1</i>
	Alternativas:	Yo-Go Craveable	o Ensalada del Chef	.
<u>Abril 7</u> Plato principal Hamburguesa de pollo Sándwich VEGETALES DESTACADOS Frijoles al horno Papas fritas Smiley <i>Dia 2</i>	<u>Abril 8</u> Plato Fuerte Nachos Grande (Nachos de Carne) VEGETALES DESTACADOS Frijoles Negros Lechuga y Tomate <i>Dia 3</i>	<u>Abril 9</u> Plato principal Sopa de pollo con fideos con mantequilla de cacahuete Sándwich VEGETALES DESTACADOS Tiras de pimiento Brócoli al vapor <i>Dia 4</i>	<u>Abril 10</u> Plato principal Pavo deli Hoagie VEGETALES DESTACADOS Papas fritas Zanahorias baby <i>Dia 5</i>	<u>Abril 11</u> Plato principal Palitos de pescado con/ Macarrones con queso VEGETALES DESTACADOS Tiras de pimiento Guisantes <i>Dia 6</i>
	Alternativas:	Nacho Craveable	o Ensalada César de Pollo	
<u>Abril 14</u> Plato principal Sloppy Joe VEGETALES DESTACADOS Tots Frijoles al horno <i>Dia 1</i>	<u>Abril 15</u> Plato principal Fajitas de pollo con arroz VEGETALES DESTACADOS Cebollas y pimientos Lechuga y tomate <i>Dia 2</i>	<u>Abril 16</u> Plato principal Queso a la plancha Sopa de tomate VEGETALES DESTACADOS Guisantes Zanahorias baby <i>Dia 3</i>	<u>Abril 17</u> Plato principal Queso Pizza VEGETALES DESTACADOS Apio Maíz Dulce de Pascua <i>Dia 4</i>	<u>Abril 18</u> Plato principal No hay clases Viernes Santo 
	Alternativas:	Palito de Pan Craveable	o Ensalada de pollo crujiente	
<u>Abril 21</u> Entrada No hay clases Vacaciones de Semana Santa 	<u>Abril 22</u> Plato principal Pollo Tacos VEGETALES DESTACADOS Elote Lechuga y tomate <i>Dia 5</i>	<u>Abril 23</u> Plato principal Espaguetis con salsa de carne Palitos de pan VEGETALES DESTACADOS Ensalada de acompañamiento Judías verdes <i>Dia 6</i>	<u>Abril 24</u> Plato principal Sándwich de salchicha huevo y queso VEGETALES DESTACADOS Tots Maíz <i>Dia 1</i>	<u>Abril 25</u> Plato principal Pollo Alfredo con/Palitos de pan VEGETALES DESTACADOS Ensalada Brócoli al vapor <i>Dia 2</i>
	Alternativas:	PB&J Craveable	o Ensalada del Chef	
<u>Abril 28</u> Plato principal Hamburguesa con queso en rollo VEGETALES DESTACADOS Papas fritas Judías verdes <i>Dia 3</i>	<u>Abril 29</u> Plato principal Pollo Nachos VEGETALES DESTACADOS Maíz Lechuga y tomate <i>Dia 4</i>	<u>Abril 30</u> Plato principal Jamón Hoagie VEGETALES DESTACADOS Tots Frijoles al horno <i>Dia 5</i>		
	Alternativas:	Italian Craveable	o Ensalada César de Pollo	



Mifflin County School District

Menú sin gluten de abril de 2025

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	<p>Abril 1 Sándwich de pollo a la parrilla Tortitas de maíz</p>	<p>Abril 2 Sándwich Deli Pan sin gluten Papas fritas Guisantes</p>	<p>Abril 3 Pollo con salsa Sobre pan sin gluten Puré de papa Maíz</p>	<p>Abril 4 Sándwich de jamón, huevo y queso Panecillo sin gluten Tots</p>
<p>Abril 7 Pollo a la parrilla Sándwich Frijoles al horno Papas fritas</p>	<p>Abril 8 Nachos Grandes Frijoles Negros Lechuga y Tomate</p>	<p>Abril 9 Sopa de fideos con queso Pasta sin gluten Sándwich de mantequilla de cacahuete en pan sin gluten Pimientos/Brócoli</p>	<p>Abril 10 Sándwich de pavo deli Pan sin gluten Papas fritas Zanahorias baby</p>	<p>Abril 11 Pollo a la parrilla Ensalada Rollo sin gluten Aderezo sin gluten</p>
<p>Abril 14 Sloppy Joe con panecillo sin gluten Tots Frijoles al horno</p>	<p>Abril 15 Taco de pollo para caminar con arroz cebolla y pimiento lechuga y tomate</p>	<p>Abril 16 Sándwich de queso a la plancha sobre pan sin gluten Sopa de tomate sin gluten Guisantes y zanahorias</p>	<p>Abril 17 Tiras de pollo sin gluten Papas fritas Brócoli al vapor</p>	<p>Abril 18 No hay clases Viernes Santo</p>
<p>Abril 21 No hay clases Viernes Santo</p>	<p>Abril 22 Tiras de pollo sin gluten Papas fritas Maíz</p>	<p>Abril 23 Pasta sin gluten con salsa de carne Rollito sin gluten Ensalada de judías verdes</p>	<p>Abril 24 Sándwich de satchicha, huevo y queso Rollitos sin gluten Tots de maíz</p>	<p>Abril 25 Pollo Alfredo Pasta sin gluten Ensalada Brócoli al vapor</p>
<p>Abril 28 Hamburguesa con queso Pan sin gluten Papas fritas Judías verdes</p>	<p>Abril 29 Pollo Nachos Maíz Lechuga y tomate</p>	<p>Abril 30 Sándwich Deli Pan sin gluten Tots Frijoles al horno</p>	<p>Menú sujeto a cambios según disponibilidad del producto.</p>	

Mifflin County School District

Abril 2025 High School

El USDA es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades.

¿Qué es una comida?
 Debe elegir al menos 3 de los 5 componentes disponibles para el precio del almuerzo escolar. Un almuerzo reembolsable debe incluir al menos 1/2 taza de fruta o al menos 1/2 taza de verdura.
 Carne o sustituto de carne.
 Verdura a elegir.
 Fruta a elegir.
 Granos/Pan.

Los subgrupos de verduras semanales pueden incluir:
 Verde oscuro: espinacas, brócoli, lechuga romana y ensalada de primavera.
 Rojo/anaranjado: zanahorias, boniatos, tomates y pimientos rojos.
 Frijoles/guisantes.
 Almidonadas: papas blancas, maíz y habas.
 Otras verduras: tallos de apio, pepinos, coliflor, pimientos verdes, judías verdes y repollo.
Las frutas destacadas pueden incluir:
 naranjas, manzanas, plátanos, uvas, peras, duraznos, melones, fresas, puré de manzana, piña, jugos 100% de fruta y mandarinas.

Deja tu lonchera en casa. Las alternativas diarias pueden incluir:
 Hamburguesas de pollo, hamburguesas con queso, sándwiches, pizza, ensaladas premium o barra de ensaladas, etc.

El menú está sujeto a cambios según la disponibilidad del producto.

Precios del almuerzo:
 Estudiante: \$3.00
 Estudiante reducida: \$0.40

Questions, Please Contact "Food Service Director"
 Bob DuFour
 717-248-0148
 Ext. 2514
rd02@mcsdk12.org



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<p><u>Abril 1</u> Plato principal Pollo Quesadilla</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Frijoles negros Lechuga y tomate</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 4</i></p>	<p><u>Abril 2</u> Plato principal Salsa de pollo y galletas</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Puré de papas Maíz</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 5</i></p>	<p><u>Abril 3</u> Plato principal Husky Fresco</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Papas fritas Judías verdes</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 6</i></p>	<p><u>Abril 4</u> Plato principal Panqueques con salchicha</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Tots Palitos de apio</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 1</i></p>
<p><u>Abril 7</u> Plato principal A la parrilla Pollo búfalo Sándwich</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Maíz Papas fritas</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 2</i></p>	<p><u>Abril 8</u> Entrada italiano Estrómboli</p> <p>VERDURAS DESTACADAS Tri-Tator Tomate Cherry</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 3</i></p>	<p><u>Abril 9</u> Plato principal Espaguetis con salsa de carne Palitos de pan</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Ensalada de acompañamiento Judías verdes</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 4</i></p>	<p><u>Abril 10</u> Plato principal Sloppy Joe</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Tots Frijoles al horno</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 5</i></p>	<p><u>Abril 11</u> Plato principal Tacos de pescado con salsa picante</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Elote Lechuga y tomate</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 6</i></p>
<p><u>Abril 14</u> Plato principal Pollo con tocino Pan plano ranchero</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Papas fritas Brócoli al vapor</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 1</i></p>	<p><u>Abril 15</u> Plato principal Taco para caminar con panecillo</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Elote Lechuga y tomate</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 2</i></p>	<p><u>Abril 16</u> Plato principal Queso a la plancha Sopa de tomate</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Guisantes Zanahorias baby</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 3</i></p>	<p><u>Abril 17</u> Plato principal Cerdo desmenuzado Sándwich</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Tri-Tator Tomate cherry Dulce de Pascua</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 4</i></p>	<p><u>Abril 18</u> Plato principal No hay clases Viernes Santo</p> 
<p><u>Abril 21</u> Entrada No hay clases Vacaciones de Semana Santa</p> 	<p><u>Abril 22</u> Plato principal Burrito de pollo Tazón de arroz</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Maíz Frijoles negros</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 5</i></p>	<p><u>Abril 23</u> Plato principal Sopa de pollo con fideos con mantequilla de cacahuete Sándwich</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Tiras de pimiento Brócoli al vapor</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 6</i></p>	<p><u>Abril 24</u> Plato principal Pollo estilo búfalo Dip con/Papas fritas</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Maíz Zanahorias baby</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 1</i></p>	<p><u>Abril 25</u> Plato principal Sándwich de salchicha huevo y queso</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Tots Maíz</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 2</i></p>
<p><u>Abril 28</u> Plato principal Chili con queso Salchichas calientes</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Papas fritas Zanahorias</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 3</i></p>	<p><u>Abril 29</u> Plato Fuerte Nachos Grande (Nachos de Carne)</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Frijoles Negros Lechuga y Tomate</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 4</i></p>	<p><u>Abril 30</u> Plato principal Pollo Alfredo con/Palitos de pan</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Ensalada Ejotes</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 5</i></p>		

Mifflin County School District

Abril 2025 Junior High

El USDA es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades.

¿Qué es una comida?
 Debe elegir al menos 3 de los 5 componentes disponibles para el precio del almuerzo escolar. Un almuerzo reembolsable debe incluir al menos 1/2 taza de fruta o al menos 1/2 taza de verdura.
 Carne o sustituto de carne.
 Verdura a elegir.
 Fruta a elegir.
 Granos/Pan.
 Leche a elegir.

Los subgrupos de verduras semanales pueden incluir:
 Verde oscuro: espinacas, brócoli, lechuga romana y ensalada de primavera.
 Rojo/anaranjado: zanahorias, boniatos, tomates y pimientos rojos.
 Frijoles/guisantes.
 Almidonadas: papas blancas, maíz y habas.
 Otras verduras: tallos de apio, pepinos, coliflor, pimientos verdes, judías verdes y repollo.
Las frutas destacadas pueden incluir:
 naranjas, manzanas, plátanos, uvas, peras, duraznos, melones, fresas, puré de manzana, piña, jugos 100% de fruta y mandarinas.

Deja tu lonchera en casa. Las alternativas diarias pueden incluir:
 Hamburguesas de pollo, hamburguesas con queso, sándwiches, pizza, ensaladas premium o barra de ensaladas, etc.

El menú está sujeto a cambios según la disponibilidad del producto.

Precios del almuerzo:
 Estudiante: \$3.00
 Estudiante reducida: \$0.40

Questions, Please Contact "Food Service Director"
 Bob DuFour
 717-248-0148
 Ext. 2514
rd02@mcsdk12.org



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<p><u>Abril 1</u> Plato principal Pollo Quesadilla</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Maíz Lechuga y tomate</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 4</i></p>	<p><u>Abril 2</u> Plato principal Albóndigas Sándwich</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Papas fritas Guisantes</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 5</i></p>	<p><u>Abril 3</u> Plato principal Salsa de pollo con galletas</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Puré de papas Maíz</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 6</i></p>	<p><u>Abril 4</u> Plato principal Jamón, huevo y queso Sándwich</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Tots Judías verdes</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 1</i></p>
<p><u>Abril 7</u> Plato principal Hamburguesa de pollo Sándwich</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Frijoles al horno Papas fritas Smiley</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 2</i></p>	<p><u>Abril 8</u> Plato Fuerte Nachos Grande (Nachos de Carne)</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Frijoles Negros Lechuga y Tomate</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 3</i></p>	<p><u>Abril 9</u> Plato principal Sopa de pollo con fideos con mantequilla de cacahuete Sándwich</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Tiras de pimiento Brócoli al vapor</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 4</i></p>	<p><u>Abril 10</u> Plato principal Pavo deli Hoagie</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Papas fritas Zanahorias baby</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 5</i></p>	<p><u>Abril 11</u> Plato principal Palitos de pescado con/ Macarrones con queso</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Tiras de pimiento Guisantes</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 6</i></p>
<p><u>Abril 14</u> Plato principal Sloppy Joe</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Tots Frijoles al horno</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 1</i></p>	<p><u>Abril 15</u> Plato principal Fajitas de pollo con arroz</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Cebollas y pimientos Lechuga y tomate</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 2</i></p>	<p><u>Abril 16</u> Plato principal Queso a la plancha Sopa de tomate</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Guisantes Zanahorias baby</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 3</i></p>	<p><u>Abril 17</u> Plato principal Cerdo desmenuzado Sándwich</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Tri-Tator Tomate cherry Dulce de Pascua</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 4</i></p>	<p><u>Abril 18</u> Plato principal No hay clases Viernes Santo</p> 
<p><u>Abril 21</u> Entrada No hay clases Vacaciones de Semana Santa</p> 	<p><u>Abril 22</u> Plato principal Pollo Tacos</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Elote Lechuga y tomate</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 5</i></p>	<p><u>Abril 23</u> Plato principal Espaguetis con salsa de carne Palitos de pan</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Ensalada de acompañamiento Judías verdes</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 6</i></p>	<p><u>Abril 24</u> Plato principal Sándwich de salchicha huevo y queso</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Tots Maíz</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 1</i></p>	<p><u>Abril 25</u> Plato principal Pollo Alfredo con/Palitos de pan</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Ensalada Brócoli al vapor</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 2</i></p>
<p><u>Abril 28</u> Plato principal Pollo estilo búfalo Dip con/Papas fritas</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Judías verdes Zanahorias baby</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 3</i></p>	<p><u>Abril 29</u> Plato principal Pollo Nachos</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Maíz Lechuga y tomate</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 4</i></p>	<p><u>Abril 30</u> Plato principal Club de pavo Wrap</p> <p>VEGETALES DESTACADOS Tots Frijoles al horno</p> <p style="text-align: right;"><i>Día 5</i></p>		

Mifflin County School District

Abril 2025 Middle School

El USDA es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades.

¿Qué es una comida?
 Debe elegir al menos 3 de los 5 componentes disponibles para el precio del almuerzo escolar. Un almuerzo reembolsable debe incluir al menos 1/2 taza de fruta o al menos 1/2 taza de verdura.
 Carne o sustituto de carne.
 Verdura a elegir.
 Fruta a elegir.
 Granos/Pan.
 Leche a elegir.

Los subgrupos de verduras semanales pueden incluir:
 Verde oscuro: espinacas, brócoli, lechuga romana y ensalada de primavera.
 Rojo/anaranjado: zanahorias, boniatos, tomates y pimientos rojos.
 Frijoles/guisantes.
 Almidonadas: papas blancas, maíz y habas.
 Otras verduras: tallos de apio, pepinos, coliflor, pimientos verdes, judías verdes y repollo.
Las frutas destacadas pueden incluir:
 naranjas, manzanas, plátanos, uvas, peras, duraznos, melones, fresas, puré de manzana, piña, jugos 100% de fruta y mandarinas.

Deja tu lonchera en casa. Las alternativas diarias pueden incluir:
 Ensalada fresca de la semana
 Antojito de la semana que puede incluir: nachos con totopos y salsa, palitos de queso y galletas, palitos de pan para untar y más.

El menú está sujeto a cambios según la disponibilidad del producto.

Precios del almuerzo:
 Estudiante: \$3.00
 Estudiante reducida: \$0.40

Questions, Please Contact
 "Food Service Director"
 Bob DuFour
 717-248-0148
 Ext. 2514
rd02@mcsdk12.org



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<u>Abril 1</u> Plato principal Pollo Quesadilla VEGETALES DESTACADOS Maíz Lechuga y tomate Dia 4	<u>Abril 2</u> Plato principal Albóndigas Sándwich VEGETALES DESTACADOS Papas fritas Guisantes Dia 5	<u>Abril 3</u> Plato principal Salsa de pollo con galletas VEGETALES DESTACADOS Puré de papas Maíz Dia 6	<u>Abril 4</u> Plato principal Jamón, huevo y queso Sándwich VEGETALES DESTACADOS Tots Judías verdes Dia 1
	Alternativas:	Sándwich de jamón	o Ensalada del Chef	.
<u>Abril 7</u> Plato principal Hamburguesa de pollo Sándwich VEGETALES DESTACADOS Frijoles al horno Papas fritas Smiley Dia 2	<u>Abril 8</u> Plato Fuerte Nachos Grande (Nachos de Carne) VEGETALES DESTACADOS Frijoles Negros Lechuga y Tomate Dia 3	<u>Abril 9</u> Plato principal Sopa de pollo con fideos con mantequilla de cacahuete Sándwich VEGETALES DESTACADOS Tiras de pimiento Brócoli al vapor Dia 4	<u>Abril 10</u> Plato principal Pavo deli Hoagie VEGETALES DESTACADOS Papas fritas Zanahorias baby Dia 5	<u>Abril 11</u> Plato principal Palitos de pescado con/ Macarrones con queso VEGETALES DESTACADOS Tiras de pimiento Guisantes Dia 6
	Alternativas:	Hamburguesa	o Ensalada César de Pollo	
<u>Abril 14</u> Plato principal Sloppy Joe VEGETALES DESTACADOS Tots Frijoles al horno Dia 1	<u>Abril 15</u> Plato principal Fajitas de pollo con arroz VEGETALES DESTACADOS Cebollas y pimientos Lechuga y tomate Dia 2	<u>Abril 16</u> Plato principal Queso a la plancha Sopa de tomate VEGETALES DESTACADOS Guisantes Zanahorias baby Dia 3	<u>Abril 17</u> Plato principal Queso Pizza VEGETALES DESTACADOS Apio Maíz Dulce de Pascua Dia 4	<u>Abril 18</u> Plato principal No hay clases Viernes Santo 
	Alternativas:	Sándwich de pavo deli	o Ensalada de pollo crujiente	
<u>Abril 21</u> Entrada No hay clases Vacaciones de Semana Santa 	<u>Abril 22</u> Plato principal Pollo Tacos VEGETALES DESTACADOS Elote Lechuga y tomate Dia 5	<u>Abril 23</u> Plato principal Espaguetis con salsa de carne Palitos de pan VEGETALES DESTACADOS Ensalada de acompañamiento Judías verdes Dia 6	<u>Abril 24</u> Plato principal Sándwich de salchicha huevo y queso VEGETALES DESTACADOS Tots Maíz Dia 1	<u>Abril 25</u> Plato principal Pollo Alfredo con/Palitos de pan VEGETALES DESTACADOS Ensalada Brócoli al vapor Dia 2
	Alternativas:	Riblet Sandwich	o Ensalada del Chef	
<u>Abril 28</u> Plato principal Hamburguesa con queso en rollo VEGETALES DESTACADOS Papas fritas Judías verdes Dia 3	<u>Abril 29</u> Plato principal Pollo Nachos VEGETALES DESTACADOS Maíz Lechuga y tomate Dia 4	<u>Abril 30</u> Plato principal Jamón Hoagie VEGETALES DESTACADOS Tots Frijoles al horno Dia 5		
	Alternativas:	Sándwich de pollo a la parrilla	o Ensalada César de Pollo	