

# LUNCH (ECE-8) MENU

SEPTEMBER 2018

*extra*



Food & Nutrition Services  
 Making Healthy Choices

| MONDAY  | TUESDAY   | WEDNESDAY   | THURSDAY  | FRIDAY  |
|---|---|---|---|---|
| <b>ALTERNATE LUNCH ENTREE CHOICES:</b>  |   |   |   |   |
| <b>Turkey &amp; Cheese Munchable</b><br>PB & J Sandwich<br>Toasted Cheese Sandwich  | Yogurt Basket<br>PB & J Sandwich<br>Ham & Cheese Sandwich   | <b>Turkey &amp; Cheese Munchable</b><br>PB & J Sandwich<br>Toasted Cheese Sandwich  | Yogurt Basket<br>PB & J Sandwich<br>Ham & Cheese Sandwich   | <b>Turkey &amp; Cheese Munchable</b><br>PB & J Sandwich<br>Toasted Cheese Sandwich            |
| 3<br><b>LABOR DAY</b>   | 4<br>Mac & Cheese<br>Garlic Bread<br>Sweet Peas<br>Cucumber/Tomato Salad  | 5<br><b>Haystacks</b><br>Garden Chili w/ Tortilla<br>Baby Carrots<br>Spicy Corn Salad   | 6<br><b>Pepperoni Stromboli</b><br>Veggie Stromboli<br>Garden Greens<br>Italian Green Beans           | 7<br><b>Cheeseburger</b><br>Salsa Black Bean Burger<br>Sweet Potato Tots<br>Broccoli          |
| 10<br><b>Beef Nachos</b><br>Cheese Nachos<br>Southwest Beans<br>Celery Sticks   | 11 <i>Black</i><br><del>Teriyaki Chicken w/<br/>                     Brown Rice<br/>                     Hummus Bowl<br/>                     Broccoli<br/>                     Baby Carrots</del><br><i>JACK</i> | 12<br><b>Hot Ham &amp; Cheese</b><br>Cheesy Breadsticks w/<br>Marinara<br>Cherry Tomatoes Italian<br>Green Beans  | 13<br><b>All Beef Hot Dog</b><br>Mediterranean Sandwich<br>Sweet Potato Tots<br>Cucumber/Tomato Salad | 14<br><b>Meat Lasagna</b><br>Spinach Lasagna<br>Garlic Bread<br>Spinach Salad<br>Baby Carrots |
| 17<br><b>Chicken Nuggets</b><br>w/ Dinner Roll<br>Charro Beans & Rice<br>w/ Tortilla<br>Coleslaw<br>Potato Strips   | 18<br><b>Turkey Alá King</b><br>Broccoli Cheese Baked<br>Potato<br>Dinner Roll<br>Baby Carrots<br>Sweet Peas  | 19 Colorado Proud Day<br><b>Colorado Bison Tacos</b><br>Colorado Veggie Taco<br>w/ Spanish Rice<br>Spicy Corn Salad<br>Cucumber/Tomato Salad                | 20<br><b>Chicken Alfredo</b><br>Alfredo Pasta<br>Garlic Bread<br>Garden Greens<br>Cherry Tomatoes     | 21<br><b>Cheese Pizza</b><br><b>Pepperoni Pizza</b><br>Spinach Salad<br>Fiesta Bean Salad     |
| 24<br><b>Chicken Sandwich</b><br>Falafel w/ Flatbread<br>Fiesta Bean Salad<br>Coleslaw  | 25<br><b>Mac &amp; Cheese</b><br>Garlic Bread<br>Sweet Peas<br>Cucumber/Tomato Salad  | 26<br><b>Haystacks</b><br>Garden Chili w/ Tortilla<br>Baby Carrots<br>Spicy Corn Salad  | 27<br><b>Pepperoni Stromboli</b><br>Veggie Stromboli<br>Garden Greens<br>Italian Green Beans          | 28<br><b>Cheeseburger</b><br>Salsa Black Bean Burger<br>Sweet Potato Tots<br>Broccoli         |
| <b>MILK CHOICES:</b><br><br>Water and an assortment of milk products are available at each meal:<br>- Fat Free White<br>- 1% White<br>- Fat Free Strawberry<br>- Fat Free Chocolate |   | <b>SALAD BAR:</b><br><br>An unlimited variety of fresh, canned, and frozen fruits and vegetables are offered daily.<br>Local varieties used when available. |   |   |

### MENU INFORMATION

|  |              |  |            |  |             |  |               |
|--|--------------|--|------------|--|-------------|--|---------------|
|  | Scratch Made |  | Vegetarian |  | Whole Grain |  | Contains Pork |
|--|--------------|--|------------|--|-------------|--|---------------|

For more information, please visit: [foodservices.dpsk12.org](http://foodservices.dpsk12.org)  
 \* Please note, menus are subject to change. This institution is an equal opportunity provider.

# MENÚ DE ALMUERZOS (prescolar a 8.º)

SEPTIEMBRE DE 2018



DENVER PUBLIC SCHOOLS | Food & Nutrition Services  
Feeding healthy futures

| LUNES  | MARTES   | MIÉRCOLES   | JUEVES  | VIERNES   |
|--|--|---|---|---|
| <b>OPCIONES ALTERNATIVAS DE PLATOS PRINCIPALES PARA EL ALMUERZO:</b>   |  |   |   |   |
| Munchable de pavo y queso<br>Sándwich de mermelada y crema de cacahuete<br>Sándwich tostado de queso                 | Canasta de yogur<br>Sándwich de mermelada y crema de cacahuete<br>Sándwich de jamón y queso  | Munchable de pavo y queso<br>Sándwich de mermelada y crema de cacahuete<br>Sándwich tostado de queso  | Canasta de yogur<br>Sándwich de mermelada y crema de cacahuete<br>Sándwich de jamón y queso                       | Munchable de pavo y queso<br>Sándwich de mermelada y crema de cacahuete<br>Sándwich tostado de queso            |
| 3<br><b>DÍA DEL TRABAJADOR</b>   | 4<br>Macarrones con queso<br>Pan de ajo<br>Chícharos<br>Ensalada de pepinos/tomates  | 5<br><b>Platos con tortillas</b><br>Chili de verduras con tortilla<br>Zanahorias tiernas<br>Ensalada de elote picante   | 6<br><b>Stromboli de pepperoni</b><br>Stromboli vegetariano<br>Verduras de hoja<br>Ejotes italianos               | 7<br><b>Hamburguesa con queso</b><br>Hamburguesa de frijoles negros con salsa<br>Bolitas de camote<br>Brócoli   |
| 10<br>Nachos de carne<br>Nachos de queso<br>Frijoles estilo suroeste<br>Tiritas de apio                              | 11<br><del>Pollo con salsa teriyaki con arroz integral<br/>Tazón de hummus<br/>Brócoli<br/>Zanahorias tiernas</del><br><i>Black</i><br><i>Jack</i> | 12<br>Sándwich caliente de jamón y queso<br>Palitos de pan con queso con salsa marinara<br>Tomatitos cherry Ejotes italianos  | 13<br><b>Perro caliente de carne</b><br>Sándwich mediterráneo<br>Bolitas de camote<br>Ensalada de pepinos/tomates | 14<br><b>Lasaña de carne</b><br>Lasaña de espinacas<br>Pan de ajo<br>Ensalada de espinaca<br>Zanahorias tiernas |
| 17<br>Croquetas de pollo con bollo de pan<br>Arroz y frijoles charro contortilla<br>Ensalada de col<br>Tiras de papa | 18<br><b>Pavo estilo King</b><br>Papa al horno con brócoli y queso<br>Bollo de pan<br>Zanahorias tiernas<br>Chícharos                              | 19 Día de orgullo de Colorado<br><b>Tacos de búfalo estilo Colorado</b><br>Taco vegetarianos estilo Colorado<br>con arroz español<br>Ensalada de elote picante<br>Ensalada de pepinos/tomates | 20<br><b>Pollo estilo Alfredo</b><br>Pasta estilo Alfredo<br>Pan de ajo<br>Verduras de hoja<br>Tomatito cherry    | 21<br>Pizza de queso<br><b>Pizza de pepperoni</b><br>Ensalada de espinaca<br>Ensalada de frijoles fiesta        |
| 24<br><b>Sándwich de pollo</b><br>Falafel con pan sin levadura<br>Ensalada de frijoles fiesta<br>Ensalada de col     | 25<br>Macarrones con queso<br>Pan de ajo<br>Chícharos<br>Ensalada de pepinos/tomates   | 26<br><b>Platos con tortillas</b><br>Chili de verduras con tortilla<br>Zanahorias tiernas<br>Ensalada de elote picante  | 27<br><b>Stromboli de pepperoni</b><br>Stromboli vegetariano<br>Verduras de hoja<br>Ejotes italianos              | 28<br><b>Hamburguesa con queso</b><br>Hamburguesa de frijoles negros con salsa<br>Bolitas de camote<br>Brócoli  |

## OPCIONES DE LECHE:

Hay agua y una variedad de productos lácteos disponibles con cada comida:

- Leche descremada
- Leche descremada 1 %
- Leche de fresa descremada
- Leche de chocolate descremada

## BARRA DE ENSALADAS

Se ofrece una amplia variedad de frutas y verduras frescas, enlatadas y congeladas a diario. Se utiliza una variedad de productos locales cuando están disponibles.

## INFORMACIÓN SOBRE EL MENÚ



Preparado con ingredientes frescos



Vegetariano



Harina integral



Contiene puerco

Para obtener más información, visiten [foodservices.dpsk12.org](http://foodservices.dpsk12.org)

\*Tengan en cuenta que los menús están sujetos a cambios. Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.