



# Escuelas Públicas de Holyoke

11/7-11/11

## SELECCIONES DIARIAS

**FEATURING**  
CLASSIC LUNCH  
TIME FOODS

LUNES: Cesta de nuggets de pollo o canasta de palitos de pan rellenos de queso servida con Tater Tots

MARTES: NO HAY ESCUELA

MIÉRCOLES: Pizza de queso, pizza de pepperoni o pizza de taco (solo 6-8) servida con ensalada César

JUEVES: Nachos de carne y queso o nachos de pollo Fajita servidos con frijoles negros guisados

VIERNES: NO HAY ESCUELA

## SABORES GLOBALES

**FEATURING**  
RECIPES FROM  
AROUND THE WORLD

LUNES: Pastel de Ternera Frito Chili

MARTES: NO HAY ESCUELA

MIÉRCOLES: Brócoli y queso patatas al horno

JUEVES: Espaguetis y Salsa de Carne

VIERNES: NO HAY ESCUELA

## SIDES

LUNES: Maíz Azteca,

Judías verdes de bajo país

MARTES: NO HAY ESCUELA

MIÉRCOLES: Frijoles horneados a la barbacoa,

Zanahorias al vapor

JUEVES: Calabacín asado,

Ensalada de albahaca y maíz

VIERNES: NO HAY ESCUELA

## SUPERALIMENTOS

LUNES: Super Ensaladas: Pollo Búfalo Picante o de Jardín

MARTES: NO HAY ESCUELA

MIÉRCOLES: Cuencos de granos: Tokyo Teriyaki o The Garden

JUEVES: Wraps y Panes planos: Rancho Cheddar de Turquía o Jamón y queso clásicos

VIERNES: NO HAY ESCUELA

## ¡SASAL!

Salsa picante fría: la sriracha picante se encuentra con la mayonesa fresca y cremosa Salsa K picante: Salsa de tomate clásico, ¡con una patada!



TODOS LOS DÍAS: Variedad de frutas frescas y frutas enlatadas

LUNES: Ensalada de jardín / Maíz azteca / Monedas de pepino

MARTES: NO HAY ESCUELA

MIÉRCOLES: Super Ensalada / Frijoles Negros / Zanahorias Baby

JUEVES: Ensalada César / Monedas de calabacín / Maíz frío

VIERNES: NO HAY ESCUELA



# Escuelas Públicas de Holyoke

11/14-11/18

## SELECCIONES DIARIAS

FEATURING  
CLASSIC LUNCH  
TIME FOODS

- LUNES: Sándwich de pollo crujiente o hamburguesa con queso o queso a la parrilla servido con papas fritas al horno y coberturas de hamburguesas
- MARTES: Pizza de queso, pizza de pepperoni o pizza de pollo búfalo (solo 6-8) servida con ensalada César
- MIÉRCOLES: Nachos de frijoles y queso o nachos de carne y queso servidos con frijoles negros guisados
- JUEVES: Cesta de Nugget de pollo o canasta de pescado y papas fritas servida con Tater Tots
- VIERNES: Sándwich de cerdo desmenuzado a la barbacoa o sándwich de pollo picante servido con Tater Tots

## SABORES GLOBALES

FEATURING  
RECIPES FROM  
AROUND THE WORLD

- LUNES: Tacos Al Pastor
- MARTES: Teriyaki Meatball Sub
- MIÉRCOLES: Licitaciones de pollo con salsas
- JUEVES: Mac con queso cheddar con rollo de cena
- VIERNES: Tazón de pollo con limón y pimienta

## LADOS

- LUNES: Batatas asadas con chile, Ensalada de brócoli y lima
- MARTES: Ensalada de Jengibre y Zanahoria, Palitos de apio
- MIÉRCOLES: Frijoles horneados a la barbacoa, Tater Tots
- JUEVES: Judías Verdes de Parmesano, Monedas de calabacín
- VIERNES: Brócoli al vapor, Monedas de pepino

## SUPERALIMENTOS

- LUNES: Smoothie Bowls: Sunshine o Banana Berry
- MARTES: Cuencos de granos: Pollo Búfalo Picante o El Griego
- MIÉRCOLES: Wraps y Panes planos: Jamón y queso clásicos o mediterráneos
- JUEVES: Super Ensaladas: Chef o Pollo Búfalo
- VIERNES: Smoothie Bowls: Mui Berry o Tropical

## ¡SASAL!

Salsa picante fría: la sriracha picante se encuentra con la mayonesa fresca y cremosa Salsa K picante: Salsa de tomate clásico, ¡con una patada!



- TODOS LOS DÍAS: Variedad de frutas frescas y frutas enlatadas
- LUNES: Ensalada de jardín / Zanahorias baby / Ensalada de brócoli y lima
- MARTES: Ensalada César, / Ensalada de zanahoria de jengibre / Palitos de apio
- MIÉRCOLES: Super Ensalada / Garbanzos / Guisantes Frios
- JUEVES: Ensalada César / Palitos de apio / Monedas de calabacín
- VIERNES: Ensalada de espinacas/floretes de brócoli/monedas de pepino



# Escuelas Públicas de Holyoke

11/21-11/25

## SELECCIONES DIARIAS

**FEATURING**  
CLASSIC LUNCH  
TIME FOODS

LUNES: Pizza de queso, pizza de pepperoni o pizza de salchicha (solo 6-8) servida con ensalada César  
MARTES: Nachos de frijoles y queso o nachos de pollo Fajita servidos con frijoles negros guisados  
MIÉRCOLES: NO HAY ESCUELA  
JUEVES: NO HAY ESCUELA  
VIERNES: NO HAY ESCUELA

## SABORES GLOBALES

**FEATURING**  
RECIPES FROM  
AROUND THE WORLD

LUNES: Espaguetis y Salsa de Carne  
MARTES: Pan plano coreano a la barbacoa  
MIÉRCOLES: NO HAY ESCUELA  
JUEVES: NO HAY ESCUELA  
VIERNES: NO HAY ESCUELA

## LADOS

LUNES: Judías verdes italianas sazonadas, Floretes de brócoli  
MARTES: zanahorias al vapor, Monedas de pepino  
MIÉRCOLES: NO HAY ESCUELA  
JUEVES: NO HAY ESCUELA  
VIERNES: NO HAY ESCUELA

## SUPERALIMENTOS

LUNES: Cuencos de granos: Pollo búfalo picante o El Jardín  
MARTES: Wraps y panes planos: Turkey Cheddar Ranch o Picante Pollo búfalo  
MIÉRCOLES: NO HAY ESCUELA  
JUEVES: NO HAY ESCUELA  
VIERNES: NO HAY ESCUELA

## ¡SASAL!

Salsa picante fría: la sriracha picante se encuentra con la mayonesa fresca y cremosa Salsa K picante: Salsa de tomate clásico, ¡con una patada!



TODOS LOS DÍAS: Variedad de frutas frescas y frutas enlatadas  
LUNES: Ensalada de jardín / Floretes de brócoli / Garbanzos  
MARTES: Ensalada César./Zanahorias Baby/Monedas de Pepino/Guisantes Fríos  
MIÉRCOLES: NO HAY ESCUELA  
JUEVES: NO HAY ESCUELA  
VIERNES: NO HAY ESCUELA