True Sunshine abril 2025 Menu 

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|  | abr 01 | 02 | 03 | 04 |
|  | A.M Merienda  Muffin de mantecadas de vainilla horneado en casa  Fruta Fresca Entera  Almuerza  Macaroni y queso  Vapor/Frescas Verduras  Frescas Frutas  Leche  P.M Merienda  Mini Empanadas Caseras | A.M Merienda  Pan casero de desayuno de melocotón y jengibre  Fruta Fresca Entera  Almuerza  Pastel de carne casero con arándanos  Arroz integral  Vapor/Frescas Verduras  Frescas Frutas  Leche  P.M Merienda  Pan brasileño con queso y coco | A.M Merienda  Coquille de desayuno con semillas de amapola y naranja  Fruta Fresca Entera  Almuerza  Espagueti de Bolognesi con pavo  Vapor/Frescas Verduras  Frescas Frutas  Leche  P.M Merienda  Yogur de vainilla orgánico A2  Delicioso cereal de avena arrollada | A.M Merienda  Bagel cubierto con chile poblano y queso cheddar  Fruta Fresca Entera  Almuerza  Pollo, Fideos Con Mantequilla Y Queso Parmesano  Vapor/Frescas Verduras  Frescas Frutas  Leche  P.M Merienda  Palo de pretzel de pizza suave  Fruta Fresca Entera |
| 07 | 08 | 09 | 10 | 11 |
| A.M Merienda  Cereales para el desayuno  Fruta Fresca Entera  Almuerza  Deditos de pollo  Vapor/Frescas Verduras  Frescas Frutas  Leche  P.M Merienda  Queso de Chefables  Galletas caseras | A.M Merienda  Muffin Chai casero  Fruta Fresca Entera  Almuerza  Macaroni y queso  Vapor/Frescas Verduras  Frescas Frutas  Leche  P.M Merienda  Galleta De Semilla De Calabaza Y Coco | A.M Merienda  Pan casero de desayuno con limón  Fruta Fresca Entera  Almuerza  Pizza de Pollo BBQ  Vapor/Frescas Verduras  Frescas Frutas  Leche  P.M Merienda  Mini Empanadas Caseras | A.M Merienda  Panqueques de suero de leche horneados en casa  Fruta Fresca Entera  Almuerza  Pollo de Nick, verduras asadas, salsa Alfredo  Polenta  Frescas Frutas  Leche  P.M Merienda  Yogur de vainilla orgánico A2  Delicioso cereal de avena arrollada | Cerrado |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| A.M Merienda  Cereales para el desayuno  Fruta Fresca Entera  Almuerza  Deditos de pollo  Vapor/Frescas Verduras  Frescas Frutas  Leche  P.M Merienda  Queso de Chefables  Galletas caseras | A.M Merienda  Muffin de avena, manzana y sirope de arce casero  Fruta Fresca Entera  Almuerza  Macaroni y queso  Vapor/Frescas Verduras  Frescas Frutas  Leche  P.M Merienda  Mini Empanadas Caseras | A.M Merienda  Pan de desayuno brasileño con coco y harina de maíz horneado en casa  Fruta Fresca Entera  Almuerza  Carne y verduras mongolas  Arroz integral  Frescas Frutas  Leche  P.M Merienda  Pan brasileño con queso y coco | A.M Merienda  Gofres De Canela  Fruta Fresca Entera  Almuerza  Pupusas de Frijoles y Queso  Vapor/Frescas Verduras  Frescas Frutas  Leche  P.M Merienda  Yogur de vainilla orgánico A2  Delicioso cereal de avena arrollada | A.M Merienda  Cuadrados de KuKu horneados en casa  Fruta Fresca Entera  Almuerza  Pasta Alfredo con Pollo  Vapor/Frescas Verduras  Frescas Frutas  Leche  P.M Merienda  Palo de pretzel de pizza suave  Fruta Fresca Entera |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| A.M Merienda  Cereales para el desayuno  Fruta Fresca Entera  Almuerza  Deditos de pollo  Vapor/Frescas Verduras  Frescas Frutas  Leche  P.M Merienda  Queso de Chefables  Galletas caseras | A.M Merienda  Muffin casero de zanahoria y pasas  Fruta Fresca Entera  Almuerza  Burrito de fajita de pollo  Vapor/Frescas Verduras  Frescas Frutas  Leche  P.M Merienda  Pan Delimanjoo  Fruta Fresca Entera | A.M Merienda  ¡Concha casera!  Fruta Fresca Entera  Almuerza  Pavo Chili Con Carne + Vegetales  Arroz integral  Frescas Frutas  Leche  P.M Merienda  Galleta De Semilla De Calabaza Y Coco | A.M Merienda  Panqueque de harina de maíz horneado en casa  Fruta Fresca Entera  Almuerza  Tamal de Pollo  Vapor/Frescas Verduras  Frescas Frutas  Leche  P.M Merienda  Yogur de vainilla orgánico A2  Delicioso cereal de avena arrollada | A.M Merienda  Avena fría con plátano durante la noche - Taza  Fruta Fresca Entera  Almuerza  Macaroni y queso  Vapor/Frescas Verduras  Frescas Frutas  Leche  P.M Merienda  Arroz "POP" Casero de grano entero  Fruta Fresca Entera |
| 28 | 29 | 30 |  |  |
| A.M Merienda  Cereales para el desayuno  Fruta Fresca Entera  Almuerza  Deditos de pollo  Vapor/Frescas Verduras  Frescas Frutas  Leche  P.M Merienda  Queso de Chefables  Galletas caseras | A.M Merienda  Muffin Chai casero  Fruta Fresca Entera  Almuerza  Pollo, Fideos Con Mantequilla Y Queso Parmesano  Vapor/Frescas Verduras  Frescas Frutas  Leche  P.M Merienda  Mini Empanadas Caseras | A.M Merienda  Pan de desayuno casero con arándanos y naranja  Fruta Fresca Entera  Almuerza  Pollo BBQ  Arroz integral  Vapor/Frescas Verduras  Frescas Frutas  Leche  P.M Merienda  Pan brasileño con queso y coco | Resumen de los tamaños de las porciones  1-2 Años de edad  Desayuno  WGR Grano 1/2 sl or svg or 1/4 c  Fruta / Verdura 1/4 c  Leche 4 oz  Almuerzo/Cena  Carne / Alt 1 oz  WGR Grano 1/2 sl or svg or 1/4 c  Verduras 1/8 c  Fruta (o segunda verdura) 1/8 c  Leche 4 oz  PM Snack (solo 2 artículos)  Verduras 1/2 c  Fruta 1/2 c  Carne/Alt 1/2 oz, 1/4 c  Grano 1/2 sl or svg, or 1/4 c  Leche 4 oz | Resumen de los tamaños de las porciones  3-5 Años de edad  Desayuno  WGR Grano 1/2 sl/svg, 1/3c or 1/4 c  Fruta / Verdura 1/2 c  Leche 6 oz  Almuerzo/Cena  Carne/Alt 1-1/2 oz  WGR Grano 1/2 sl or svg, or 1/4 c  Verduras 1/4 c  Fruta (o segunda verdura) 1/4 c  Leche 6 oz  PM Snack (solo 2 artículos)  Verduras 1/2 c  Fruta 1/2 c  Carne/Alt 1/2 oz, 1/4 c  WGR Grano 1/2 sl or svg or 1/4 c  Leche 4 oz |

Notes

* Una porción de cereales por día debe ser WGR, M / MA se puede sustituir por un cereal de desayuno (3 veces por semana como máximo).
* Leche sin sabor servida en TODOS los desayunos y almuerzos. Leche entera (bebés / niños pequeños <2 años), leche baja en grasa (1%) (preescolar> 2 años). Toda la leche que se sirve no contiene rBST.
* Chefables se reserva el derecho de sustituir los elementos del menú indicados si no están disponibles en el mercado o debido a circunstancias imprevistas.

Algunas de las verduras de este mes:
Alcachofa rúcula verduras asiáticas espárragos aguacate remolacha bok choy brócoli rabe coles de Bruselas repollo zanahorias coliflor acelgas apio col rizada puerros lechugas champiñones hojas mostaza cebolla chirivías guisantes patatas achicoria rábanos colinabos cebolletas espinacas sunchokes calabaza (invierno) tomate nabos

Solo algunas de las frutas de este mes:
Manzana pera asiática chirimoyas cerezas dátiles pomelo kumquat limón lima mandarina naranja ruibarbo fresa

 = New menu offering | = Whole Grain Rich | = Vegetarian Menu Option | = Field Trip Menu Option |