True Sunshine abril 2025 Menu 

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|  | abr 01 | 02 | 03 | 04 |
|  | A.M MeriendaMuffin de mantecadas de vainilla horneado en casaFruta Fresca EnteraAlmuerzaMacaroni y quesoVapor/Frescas VerdurasFrescas FrutasLecheP.M MeriendaMini Empanadas Caseras | A.M MeriendaPan casero de desayuno de melocotón y jengibreFruta Fresca EnteraAlmuerzaPastel de carne casero con arándanosArroz integralVapor/Frescas VerdurasFrescas FrutasLecheP.M MeriendaPan brasileño con queso y coco | A.M MeriendaCoquille de desayuno con semillas de amapola y naranjaFruta Fresca EnteraAlmuerzaEspagueti de Bolognesi con pavoVapor/Frescas VerdurasFrescas FrutasLecheP.M MeriendaYogur de vainilla orgánico A2Delicioso cereal de avena arrollada | A.M MeriendaBagel cubierto con chile poblano y queso cheddarFruta Fresca EnteraAlmuerzaPollo, Fideos Con Mantequilla Y Queso ParmesanoVapor/Frescas VerdurasFrescas FrutasLecheP.M MeriendaPalo de pretzel de pizza suaveFruta Fresca Entera |
| 07 | 08 | 09 | 10 | 11 |
| A.M MeriendaCereales para el desayunoFruta Fresca EnteraAlmuerzaDeditos de polloVapor/Frescas VerdurasFrescas FrutasLecheP.M MeriendaQueso de ChefablesGalletas caseras | A.M MeriendaMuffin Chai caseroFruta Fresca EnteraAlmuerzaMacaroni y quesoVapor/Frescas VerdurasFrescas FrutasLecheP.M MeriendaGalleta De Semilla De Calabaza Y Coco | A.M MeriendaPan casero de desayuno con limónFruta Fresca EnteraAlmuerzaPizza de Pollo BBQVapor/Frescas VerdurasFrescas FrutasLecheP.M MeriendaMini Empanadas Caseras | A.M MeriendaPanqueques de suero de leche horneados en casaFruta Fresca EnteraAlmuerzaPollo de Nick, verduras asadas, salsa AlfredoPolentaFrescas FrutasLecheP.M MeriendaYogur de vainilla orgánico A2Delicioso cereal de avena arrollada | Cerrado |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| A.M MeriendaCereales para el desayunoFruta Fresca EnteraAlmuerzaDeditos de polloVapor/Frescas VerdurasFrescas FrutasLecheP.M MeriendaQueso de ChefablesGalletas caseras | A.M MeriendaMuffin de avena, manzana y sirope de arce caseroFruta Fresca EnteraAlmuerzaMacaroni y quesoVapor/Frescas VerdurasFrescas FrutasLecheP.M MeriendaMini Empanadas Caseras | A.M MeriendaPan de desayuno brasileño con coco y harina de maíz horneado en casaFruta Fresca EnteraAlmuerzaCarne y verduras mongolasArroz integralFrescas FrutasLecheP.M MeriendaPan brasileño con queso y coco | A.M MeriendaGofres De CanelaFruta Fresca EnteraAlmuerzaPupusas de Frijoles y QuesoVapor/Frescas VerdurasFrescas FrutasLecheP.M MeriendaYogur de vainilla orgánico A2Delicioso cereal de avena arrollada | A.M MeriendaCuadrados de KuKu horneados en casaFruta Fresca EnteraAlmuerzaPasta Alfredo con PolloVapor/Frescas VerdurasFrescas FrutasLecheP.M MeriendaPalo de pretzel de pizza suaveFruta Fresca Entera |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| A.M MeriendaCereales para el desayunoFruta Fresca EnteraAlmuerzaDeditos de polloVapor/Frescas VerdurasFrescas FrutasLecheP.M MeriendaQueso de ChefablesGalletas caseras | A.M MeriendaMuffin casero de zanahoria y pasasFruta Fresca EnteraAlmuerzaBurrito de fajita de polloVapor/Frescas VerdurasFrescas FrutasLecheP.M MeriendaPan DelimanjooFruta Fresca Entera | A.M Merienda¡Concha casera!Fruta Fresca EnteraAlmuerzaPavo Chili Con Carne + VegetalesArroz integralFrescas FrutasLecheP.M MeriendaGalleta De Semilla De Calabaza Y Coco | A.M MeriendaPanqueque de harina de maíz horneado en casaFruta Fresca EnteraAlmuerzaTamal de PolloVapor/Frescas VerdurasFrescas FrutasLecheP.M MeriendaYogur de vainilla orgánico A2Delicioso cereal de avena arrollada | A.M MeriendaAvena fría con plátano durante la noche - TazaFruta Fresca EnteraAlmuerzaMacaroni y quesoVapor/Frescas VerdurasFrescas FrutasLecheP.M MeriendaArroz "POP" Casero de grano enteroFruta Fresca Entera |
| 28 | 29 | 30 |  |  |
| A.M MeriendaCereales para el desayunoFruta Fresca EnteraAlmuerzaDeditos de polloVapor/Frescas VerdurasFrescas FrutasLecheP.M MeriendaQueso de ChefablesGalletas caseras | A.M MeriendaMuffin Chai caseroFruta Fresca EnteraAlmuerzaPollo, Fideos Con Mantequilla Y Queso ParmesanoVapor/Frescas VerdurasFrescas FrutasLecheP.M MeriendaMini Empanadas Caseras | A.M MeriendaPan de desayuno casero con arándanos y naranjaFruta Fresca EnteraAlmuerzaPollo BBQArroz integralVapor/Frescas VerdurasFrescas FrutasLecheP.M MeriendaPan brasileño con queso y coco | Resumen de los tamaños de las porciones1-2 Años de edadDesayunoWGR Grano 1/2 sl or svg or 1/4 cFruta / Verdura 1/4 cLeche 4 ozAlmuerzo/CenaCarne / Alt 1 ozWGR Grano 1/2 sl or svg or 1/4 cVerduras 1/8 cFruta (o segunda verdura) 1/8 cLeche 4 ozPM Snack (solo 2 artículos)Verduras 1/2 cFruta 1/2 cCarne/Alt 1/2 oz, 1/4 cGrano 1/2 sl or svg, or 1/4 cLeche 4 oz | Resumen de los tamaños de las porciones3-5 Años de edadDesayunoWGR Grano 1/2 sl/svg, 1/3c or 1/4 cFruta / Verdura 1/2 cLeche 6 ozAlmuerzo/CenaCarne/Alt 1-1/2 ozWGR Grano 1/2 sl or svg, or 1/4 cVerduras 1/4 cFruta (o segunda verdura) 1/4 cLeche 6 ozPM Snack (solo 2 artículos)Verduras 1/2 cFruta 1/2 cCarne/Alt 1/2 oz, 1/4 cWGR Grano 1/2 sl or svg or 1/4 cLeche 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 |