

Los artículos en **VERDE** son aquellos que tienen uno o más ingredientes principales que provienen de productores locales del estado de Nueva York.

# ENERO 2026

## Menú de Almuerzo de la Escuela Primaria de Perú

¡Nos enorgullece preparar toda nuestra comida desde cero! Desde productos horneados hasta ensaladas y proteínas, el personal de cocina trabaja arduamente para servir a cada estudiante una comida al estilo restaurante todos los días.

### LUNES

### MARTES

### MIERCOLES

### JUEVES

### VIERNES

<b>¡Día de hamburguesa!</b>	<b>2</b>
Sencilla o con queso Ensalada de papas / Frijoles horneados Frutas y verduras / Leche	

<b>Pollo al Pastor</b>	<b>3</b>
(Pollo Mexicano con Piña) Arroz Integral Sazonado Elote al Estilo Mexicano Frutas y Verduras / Leche	

<b>Ziti al Horno Clásico</b>	<b>4</b>
Brócoli Asado Panecillos de Ajo con Parmesano Frutas y Verduras / Leche	

<b>Salchicha con salsa</b>	<b>5</b>
Sobre un bizcocho estilo sureño Maíz con mantequilla Frutas y verduras / Leche	

<b>¡Día de pizza!</b>	<b>6</b>
Queso o pepperoni Ensalada mixta Frutas y verduras Leche	

<b>Sloppy Joes</b>	<b>9</b>
Patatas dulces caseras Chips de col rizada Frutas y verduras Leche	

<b>Tazón Cantina de Pollo</b>	<b>10</b>
Pollo Desmenuzado / Arroz Español Salsa de Frijoles Negros y Maíz Frutas y Verduras / Leche	

<b>Sándwich de Queso a la Parrilla</b>	<b>11</b>
Sopa de Tomate Casera Zanahorias Asadas con Miel Frutas y Verduras / Leche	

<b>Pollo al romero</b>	<b>12</b>
Macarrones con queso caseros Brócoli asado Frutas y verduras / Leche	

<b>¡Día de los Dunkers!</b>	<b>13</b>
Salsa Marinara / Ensalada Postre del Día de San Valentín!!! Frutas y verduras / Leche	

<b>No hay clases</b>	<b>16</b>
Vacaciones de invierno	

<b>No hay clases</b>	<b>17</b>
Vacaciones de invierno	

<b>No hay clases</b>	<b>18</b>
Vacaciones de invierno	

<b>No hay clases</b>	<b>19</b>
Vacaciones de invierno	

<b>No hay clases</b>	<b>20</b>
Vacaciones de invierno	

<b>Pollo Teriyaki</b>	<b>23</b>
Lo Mein de Verduras Brócoli al Vapor Frutas y Verduras Leche	

<b>Nachos de carne de res</b>	<b>24</b>
Queso para nachos casero Arroz con cilantro y lima Frutas y verduras Leche	

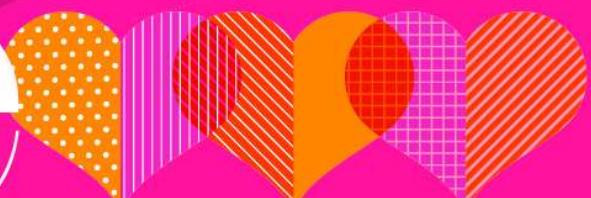
<b>Wraps de Pollo a la BBQ</b>	<b>25</b>
Ensalada de Pasta / Chips de Col Rizada Frijoles Horneados Frutas y Verduras / Leche	

<b>¡Brunch para el almuerzo!</b>	<b>26</b>
Huevos revueltos Salchichas / Papas a la francesa caseras Frutas y verduras / Leche	

<b>¡Día de pizza!</b>	<b>27</b>
Queso o pepperoni Ensalada mixta Frutas y verduras Leche	



LOVE



Peru CSD anima a todos los estudiantes a seleccionar una comida completa que contenga los CINCO componentes de alimentos en el almuerzo. Los estudiantes deben seleccionar al menos TRES componentes de alimentos, y uno de esos componentes debe ser al menos  $\frac{1}{2}$  taza de fruta o verdura para que se considere una comida. **TODOS LOS ESTUDIANTES COMEN GRATIS EN PERU**  
CSD! Las opciones alternativas son un sándwich de mantequilla de maní y mermelada o un sándwich de ensalada de huevo.

#### Proveedores Locales que Nos Orgullece Usar:

Juniper Hill Farm - Productos Frescos, Huevos Frescos  
Heywood Farms - Jarabe de Arce y Carne Molida  
North Country Creamery - Yogur  
Glaziers - Leche  
Lucki7 - Carne Molida y otros Productos de Res/Cerdo  
Donahue's - Carne Molida y otros Productos de Res/Cerdo