

# Almuerzo

**¡Abril es el Mes Nacional de la Jardinería!**  
 Se celebra en todo Estados Unidos para dar inicio a la temporada de siembra. ¡Anímate a que llegue la primavera y comienza un jardín en tu comunidad o en tu escuela! Prueba crear un jardín para mariposas o uno inspirado en un cuento.

## ABRIL DE 2026 Escuela Primaria Orange

Sitio web del Sindicato Escolar  
 Regional Ralph C. Mahar 73

### LUNES

**A medida que la temporada de cultivo en Massachusetts cobra fuerza, busca la hoja en el menú que destacará los productos cultivados localmente.**

### MARTES



### MIÉRCOLES

1

Pizza integral de queso o pepperoni con picadillo de tubérculos, rodajas de rábano asiático orgánico, puré de manzana y fresas y kiwi frescos.

### JUEVES

2

**¡Día Nacional del Burrito!**  
 Bol de burrito de pollo con tortilla integral local, arroz integral, pollo con queso, frijoles y salsa con crema agria, guacamole, piña y naranja fresca.

### VIERNES

3

Sopa casera de pollo y arroz con ensalada mixta y selección del chef de frutas y verduras variadas.

**Comidas alternativas: Ensalada de pollo clásica en pan ciabatta integral con lechuga, almuerzo divertido con muffin o ensalada vegana Strawberry Fields con pan pita integral.**

6

**¡Día de la Barbacoa de Jay!**  
 Macarrones con queso y pollo a la barbacoa con pan de maíz integral, mazorca, ensalada Magenta, fruta mixta y manzana.

7

Pasta integral Elbow con salsa de carne y parmesano, calabaza asada, zanahorias bebé, una tarrina de fresas con crema y una de melón honeydew.

8

Pizza integral Big Primo de 4 quesos o pepperoni, acompañada de judías verdes frescas al vapor, rodajas de pepino, puré de manzana y uvas frescas.

9

Hamburguesa con o sin queso en pan integral servida con frijoles horneados vegetarianos, ensalada fresca de maíz y edamame, piña y plátano fresco.

10

3 dumplings de pollo integrales y 1 rollito de huevo vegetal integral servido con bok choy baby asado con ajo y una selección del chef de frutas y verduras variadas.

**Comidas alternativas: Jamón y queso en croissant integral con lechuga, almuerzo divertido con cereal Cheerio sin gluten o una Otter Box con yogurt Sunrise.**

13

**¡Brunch para el almuerzo!**  
 Sándwich de desayuno de huevo y queso en croissant integral con papas ralladas fritas, ensalada de papa estilo bistró, taza de fruta variada y rodajas de manzana.

14

Pastel de pollo casero con guisantes y zanahorias, cubierto con un panecillo integral, tiras de pimiento rojo dulce, tarrina de arándanos con crema y tarrina de melón fresco.

15

**Salida temprana**  
 Elige entre sándwich de ensalada de huevo, almuerzo con muffins o ensalada César de pollo, todos servidos con frutas y verduras variadas.

16

Quesadilla integral de pollo a la barbacoa y queso servida con frijoles negros sazonados, salsa arcoiris, crema agria, guacamole, piña y naranja.

17

Palitos integrales de mozzarella y nuggets de pollo con salsa marinara, brócoli asado con cítricos y comino, y selección de frutas y verduras variadas del chef.

**Comidas alternativas: Sándwich de ensalada de huevo en pan de pretzel integral con pepinillos, almuerzo divertido en bagel integral o ensalada César de pollo con pan integral.**

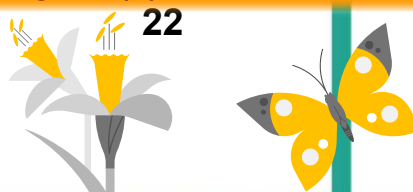
20



21



22



23



24



27

Taco suave integral de pavo con plátanos horneados, queso rallado, lechuga, salsa de maíz picante, crema agria, guacamole, taza de fruta mixta y manzana.

28

Sopa de tomate con palitos de pan integral con queso, tomates cherry, tarrina de fresas con crema y tarrina de melón verde fresco.

29

Pizza integral de queso o pepperoni con ratatouille, snacks de zanahoria arcoiris, puré de manzana y frambuesas y moras frescas.

30

Pollo salteado sobre arroz integral con edamame salteado sazonado, hummus y palitos de verduras, piña y plátano fresco.



**Comidas alternativas: Sándwich de crema de girasol y mermelada en pan integral, almuerzo de muffins o una Otter Box de jamón y queso.**

Un almuerzo reembolsable para estudiantes de K a 8.º grado del Departamento de Agricultura de Estados Unidos (USDA) incluye: 1 leche descremada o blanca al 1 %, un producto integral, una proteína vegetal o animal, frutas y verduras.

Condimentos variados, zanahorias bebé, leche descremada, leche con chocolate descremada o leche al 1 % están disponibles diariamente.

Complete cualquier comida en nuestro bar "5 al día", que cuenta con una variedad de frutas y verduras frescas de temporada.

Hay opciones de leche alternativas (como Lactaid o leche de soja) disponibles para cualquier estudiante con una necesidad dietética documentada.

Si tiene preguntas o desea información adicional, comuníquese con [kbressani@rcmahar.org](mailto:kbressani@rcmahar.org)

Cada estudiante tiene un almuerzo reembolsable completo gratis. Los artículos a la carta se cobrarán según corresponda.

El menú está sujeto a cambios

Administre la cuenta de su estudiante en [www.MySchoolBucks.com](http://www.MySchoolBucks.com)

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.