

# April 2024

## Transylvania County Schools Recuentos de carbohidratos

### Monday

1

No hay escuela

8

Desayuno  
Pan de desayuno 45g  
Fruta fresca  
Almuerzo  
Pizza 32g  
Ensalada de la Huerta 5g  
Tator Tots 16g  
Duraznos

15

Desayuno  
Cereal  
Fruta fresca  
Almuerzo  
Pizza 32g  
Ensalada de la Huerta 5g  
Tator Tots 16g  
Peras cortadas en cubitos

22

Desayuno  
Pan de desayuno 45g  
Fruta fresca  
Almuerzo  
Pizza 32g  
Ensalada de la Huerta 5g  
Tator Tots 16g  
Duraznos

29

Desayuno  
Cereal  
Fruta fresca  
Almuerzo  
Pizza 32g  
Ensalada de la Huerta 5g  
Tator Tots 16g  
Peras cortadas en cubitos

### Tuesday

2

Desayuno  
Cereal  
Puré de manzana 14g  
Almuerzo  
Pizza 32g  
Judías Verdes 5g  
Tator Tots 16g  
Peras cortadas en cubitos

9

Desayuno  
Galleta de pollo 28g  
Puré de manzana 14g  
Almuerzo  
¡Martes de tacos! 25g  
Maíz Dorado 16g  
Frijoles Pintos 18g  
Fruta fresca

16

Desayuno  
Galleta de salchicha 22g  
Puré de manzana 14g  
Almuerzo  
Nachos 42g  
Maíz Dorado 16g  
Frijoles Negros 23g  
Fruta fresca

23

Desayuno  
Galleta de pollo 28g  
Puré de manzana 14g  
Almuerzo  
¡Martes de tacos! 25g  
Maíz Dorado 16g  
Frijoles Pintos 18g  
Fruta fresca

30

Desayuno  
Galleta de salchicha 22g  
Puré de manzana 14g  
Almuerzo  
Nachos 42g  
Maíz Dorado 16g  
Frijoles Negros 23g  
Fruta fresca

### Wednesday

3

Super Donut 37g  
NC Manzanas en rodajas 13g  
Almuerzo  
Ternera Teriyaki 7g  
Arroz Integral 34g  
Monedas de zanahoria 6g  
Brócoli al vapor 4g  
Mandarinas 17g

10

Tortitas 36g  
NC Manzanas en rodajas 13g  
Almuerzo  
Pollo a la mandarina 19g  
Arroz Integral 34g  
Zanahorias 8g con Ranch 2g  
Brócoli al vapor 4g  
Mandarinas 17g

17

Super Donut 37g  
NC Manzanas en rodajas 13g  
Almuerzo  
Pollo 13g y Waffle 43g  
Judías Verdes 5g  
Puré de patatas 14g  
Mandarinas 17g

24

Tortitas 36g  
NC Manzanas en rodajas 13g  
Almuerzo  
Sándwich de pollo 43g  
Soufflé de camote 56g  
Guisantes verdes 11g  
Mandarinas 17g

### Thursday

4

Gofres 36g  
Taza de frutas  
Almuerzo  
Pollo frito al horno 6g  
Galleta 22g  
Puré de patata 14g  
Col rizada 4g  
Fruta fresca

11

Rollo de canela 36g taza de frutas  
Almuerzo  
Pollo Alfredo 28g  
Palillo de pan 15g  
Guisantes verdes 11g  
Ensalada de la Huerta 5g  
Fruta fresca

18

Gofres 36g  
Taza de frutas  
Almuerzo  
Pasta 21g con salsa de carne  
Palillo de pan 15g  
Ensalada César 5g  
Guisantes verdes 11g  
Fruta fresca

25

Rollo de canela 36g taza de frutas  
Almuerzo  
Chuleta de cerdo empanizada 11g con salsa estilo campestre 7g  
Galleta 22g  
Puré de patata 14g  
Guisantes de ojo negro 21g  
Fruta fresca

### Friday

5

Tostada de Canela 41g  
Vaso Naranja  
Almuerzo  
Perrito caliente con chile 40g  
Ensalada de col 5g  
Patatas fritas 20g  
Frijoles horneados 49g  
Fresas 23g

12

Panqueque en palito 17g  
Vaso Naranja  
Almuerzo  
Hamburguesa de bistec 32g  
Patatas fritas 20g  
Habas 24g  
Zapatero de manzana 21g

19

Tostada de Canela 41g  
Vaso Naranja  
Almuerzo  
Perrito caliente con chile 40g  
Ensalada de col 5g  
Patatas fritas 20g  
Frijoles horneados 49g  
Fresas 23g

26

Panqueque en palito 17g  
Vaso Naranja  
Almuerzo  
Elección del gerente  
Los gerentes anunciarán este menú en la cafetería

Leche, 1% Sin sabor 13g  
Leche, 1% Chocolate 20g  
Cereal, 1oz  
Cheerios 21g  
Tostadoras de Canela 21g  
Miel Scooters 22g  
Malvavisco Matey 21g  
100% jugo de fruta, 4 oz  
Manzana 14g  
Naranja 15g  
Mezcla de frutas 14g  
Uva 19g  
Naranja-Piña 14g  
Cereza negra 22 g  
Fruta fresca  
Manzana 22g  
Plátano 31g  
Naranja 17g  
Uvas 14g  
Fruta enlatada o de taza  
Compota de manzana 14g  
Taza Compota de Fresa y Manzana 10g  
Melocotones, en rodajas 14g  
Melocotones, cortados en cubitos 14g  
Peras, cortadas en cubitos 16g  
Piña Tidbits 19g  
Copa Berry Mixta 20g  
Fruta Mixta 17g  
Taza de melocotón congelado 21g  
Taza Fresa 21g  
Copa Naranja 18g  
Mandarinas 17g  
Otros platos principales  
PB & J Sandwich 69g  
Sandwich de Jamón y Queso 34 g  
Sándwich de Pavo y Queso 32g  
César de pollo a la plancha 35g  
Ensalada Bacon Ranch 49g  
Platos de yogur y parfaits 89g  
Rebanadas de pizza 34g Patata al horno, entera 37g  
Batata, Entera 34g  
Pollo Tenders 3 piezas 14g  
3-12-2024  
Esta institución es una proveedora de igualdad de oportunidades.

### Did You Know?

April is named after the Greek goddess of love, Aphrodite. In the Roman calendar, the fourth month April is spelled Aprilis, meaning "to open." Festivals which were planned for April included Parrilla, a day celebrating the founding of Rome.