



## MENU DESAYUNO REGULAR 2023-2024

### INFORMACION DEL MENU

A continuación, se encuentran nuestras opciones de MNS. A diferencia del menú cíclico, nuestras opciones de menú cambiarán diariamente según el inventario. Nuestras opciones de MNS siguen los requisitos del patrón de comidas del USDA: ½ taza de jugo de fruta, ½ taza de fruta, 2oz granos integrales y 8 oz. leche. Todas nuestras opciones de desayuno son vegetarianas (v).

DESAYUNO #1	DESAYUNO #2	DESAYUNO #3	DESAYUNO #4	DESAYUNO #5
<b>FRUTA INTEGRAL BARRA DE DESAYUNO o BARRA DE CEREAL</b> ½ tasa de frutas/frutas deshidratadas 4oz. Jugo de Fruta LECHE	<b>MUFFIN INTEGRAL O BAGEL &amp; QUESO CREMA</b> ½ tasa de frutas/frutas deshidratadas 4oz. Jugo de Fruta LECHE	<b>PANECILLO INTEGRAL DE MANAZA O ROLLOS DE CANELA</b> ½ tasa de frutas/frutas deshidratadas 4oz. Jugo de Fruta LECHE	<b>POPTART</b> ½ tasa de frutas/frutas deshidratadas 4oz. Jugo de Fruta LECHE	<b>TASA DE CEREAL VARIADOS</b> ½ tasa de frutas/frutas deshidratadas 4oz. Jugo de Fruta LECHE



## MENU DESAYUNO LIBRE DE ALERGIAS 2023-2024

### DECLARACIÓN DE ALMUERZO ALTERNATIVO

Para que un estudiante reciba un almuerzo alternativo, debemos tener un Formulario de Solicitud de Dieta Modificada firmado por el médico del estudiante. Este formulario debe actualizarse anualmente. Si tiene alguna pregunta sobre dietas o nutrición especializadas, comuníquese con los Servicios de Nutrición de NSSEO en [Kgalloway@nsseo.org](mailto:Kgalloway@nsseo.org).

DESAYUNO #1	DESAYUNO #2	DESAYUNO #3
<b>TASA DE CEREAL LIBRE DE LACTOSA Y GLUTEN VARIADOS -</b> ½ tasa de frutas/frutas deshidratadas 4oz. Jugo de Fruta LECHE DE SOYA	<b>MUFFIN LIBRE DE LACTOSA Y GLUTEN</b> ½ tasa de frutas/frutas deshidratadas 4oz. Jugo de Fruta LECHE DE SOYA	<b>MUFFIN o DONAS LIBRE DE LACTOSA Y GLUTEN</b> ½ tasa de frutas/frutas deshidratadas 4oz. Jugo de Fruta LECHE DE SOYA