



PUERTO RICAN COMMUNITY CENTER, INC.

NOTA: CADA YOGUR REÚNE LOS REQUERIMIENTOS DE AZÚCAR, TODOS LOS JUGOS SON 100% JUGOS, LA LECHE SERVIDA ES 1% LIBRE DE GRASA.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	
SEMANA EMPEZANDO 1 DE ENERO 2025						
DESAYUNO	<p>DE ACUERDO CON LA LEY FEDERAL Y LA POLÍTICA DEL DEPARTAMENTO DE AGRICULTURA DE LOS ESTADOS UNIDOS (USDA), ESTA INSTITUCIÓN TIENE PROHIBIDO DISCRIMINAR POR MOTIVOS DE RAZA, COLOR, ORIGEN NACIONAL, EDAD, DISCAPACIDAD, SEXO, GÉNERO, IDENTIDAD, RELIGIÓN, REPRESALIA CUANDO CORRESPONDA, CREENCIAS POLÍTICAS, ESTADO CIVIL, ESTADO FAMILIAR O PARENTAL, ORIENTACIÓN SEXUAL, O LA TOTALIDAD O PARTE DE LOS INGRESOS DE UNA PERSONA SE DERIVAN DE CUALQUIER PROGRAMA DE ASISTENCIA PÚBLICA. O INFORMACIÓN GENÉTICA PROTEGIDA EN EL EMPLEO O EN CUALQUIER PROGRAMA O ACTIVIDAD REALIZADA O FINANCIADA POR EL DEPARTAMENTO (NO TODAS LAS BASES PROHIBIDAS SE APLICARÁN A TODOS LOS PROGRAMAS Y / O ACTIVIDADES DE EMPLEO) PARA PRESENTAR UN FORMULARIO DE QUEJIA, COMPLETE EL FORMULARIO DE QUEJIA DE DISCRIMINACIÓN DEL PROGRAMA DEL USDA O ESCRIBA UNA CARTA AL DEPARTAMENTO DE AGRICULTURA DE EE. UU., ADJUDICACIÓN DE LA OFICINA DEL DIRECTOR, 1400 AVENIDA DE LA INDEPENDENCIA, SW WASHINGTON, D.C. 20250-9410; 1. FAX: (202) 690-7442; O 2. CORREO ELECTRÓNICO: PROGRAM.INTAKE@USDA.GOV. PERSONAS SORDAS, CON DIFICULTADES AUDITIVAS O DISCAPACIDADES DEL HABLA JUNIO CONTACTO USD</p>		ESCUELA CERRADA	PALITOS DE CANELA TAZA DE MANDARINAS 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	"CORN FLAKES" TAZA DE PURE DE MANZANA 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	
ALMUERZO				MACARRONES CON QUESO - 6 OZ. VERDURAS MIXTAS - 1/2C PAN INTEGRAL -1 MANZANA FRESCA-1 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	PIZZA DE QUESO INTEGRAL 3X5 ENSALADA ROMANA CON ADEREZO-1 C. NARANJA FRESCA-1 PALITOS DE QUESO MOZZARELLA-1 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	
MERIENDA				GALLETAS DE PESCADITOS DORADOS JUGO DE "BERRYS"	YOGUR DE VAINILLA GALLETAS DE MIEL "GRAHAM"	
SEMANA EMPEZANDO 6 DE ENERO 2025						
DESAYUNO	PAN DE MAIZ TAZA DE FRUTA MIXTA 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	"W/G CHEX BLUEBERRY CEREAL" TAZA DE PERA 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	"W/G CROISSANT" CON QUESO CREMA TAZA DE PURE DE MANZANA 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	"MINI BAGELS" QUESO CREMA DE FRESA TAZA DE DURAZNO 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	CEREAL TOSTADO CON CANELA TAZA DE MANDARINA 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	
ALMUERZO	W/G MINI QUESADILLAS - 3 VERDURAS MIXTAS - 1/2C TAZA DE DURAZNO 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	POLLO A LA PARRILLA CON SALSA-3 OZ. PURÉ DE PAPAS-1/2 C. TAZA DE PURÉ DE MANZANA PAN INTEGRAL -1 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	LASAÑA DE QUESO CON SALSA DE CARNE-4 OZ. JUDÍAS VERDES-1/2 C. PAN INTEGRAL - 1 BANANO FRESCO-1 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	CARNE DE RES CON SALSA DE TOMATE-3 OZ. PAPAS FRITAS-1/2C. PAN INTEGRAL 1 TAZA DE FRUTAS MIXTAS-1/2 C. 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	W/G PIZZA BAGEL - 5 OZ ENSALADA ROMANA CON ADEREZO-1 C. NARANJA FRESCA-1 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	
MERIENDA	GALLETAS DE ANIMALES JUGO DE FRUTAS	YOGUR DE CEREZA "SUNRISE CRACKERS"	"TOSTITOS SCOOPS BAKED CHIP" CON SALSA	GALLETAS CON SABOR A PIZZA JUGO DE MANZANA	"SUN CHIPS" TAZA DE PERA	
SEMANA EMPEZANDO 13 DE ENERO NOVIEMBRE 2025						
DESAYUNO	PAN DE BANANA TAZA DE PURE DE FRESA 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	"W/G CROISSANT" CON QUESO CREMA TAZA DE FRUTA MIXTA 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	"W/G SCOOTERS" CEREAL TAZA DE DURAZNO 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	PANQUEQUES RELLENOS DE MANZANA TAZA DE PERA 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	"EGGO MINI PANCAKE" TAZA DE PIÑA 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	
ALMUERZO	FILETE DE RES SALISBURY -2 OZ CON SALSA "TATER TOTS - 1/2C" TAZA DE FRUTAS MIXTAS PAN INTEGRAL -1 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	W/G POLLO CON PALOMITAS DE MAÍZ-3.8 OZ. CON SALSA AGRIDULCE JUDÍAS VERDES-1/2 C. MANZANA FRESCA-1 PAN INTEGRAL - 1 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	PASTEL DE CARNE DE RES CON SALSA DE TOMATE-3 OZ. PAPAS FRITAS-1/2C. PAN INTEGRAL - 1 TAZA DE FRUTAS MIXTAS 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	POLLO A LA PARRILLA CON SALSA-3 OZ. PURÉ DE PAPAS-1/2 C. TAZA DE PURÉ DE MANZANA PAN INTEGRAL -1 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	W/G CRUJIDORES DE PIZZA-4 ENSALADA ROMANA CON ADEREZO-1 C. NARANJA FRESCA-1 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	
MERIENDA	GALLETAS DE MIEL JUGO DE MANZANA	"SUN CHIPS" TAZA DE DURAZNO	DÍA REDUCIDO	YOGUR DE FRESA Y BANANO CON "GRANOLA"	GALLETAS DE MIEL CON JUGO DE NARANJA/MANDARINA	
SEMANA EMPEZANDO 20 DE ENERO 2025						
DESAYUNO	ESCUELA CERRADA		"CORN FLAKES" TAZA DE DURAZNO 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	CEREAL DE AVENA CON MIEL TAZA DE FRUTA MIXTA 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	"W/G MARSHMALLOS CEREAL" TAZA DE MANDARINA 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	
ALMUERZO			COSTILLA CON BARBACOA PAN DE HAMBURGUESA - 1 PAPAS FRITAS - 1/2C. MANZANA FRESCA-1 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	PASTA TRICOLOR CON SALSA ALFREDO - 3OZ ZANAHORIAS -3/4 C. TAZA DE PERA PAN INTEGRAL - 1 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	ALBÓNDIGAS DE POLLO CON TERIYAKI SALSA - 3OZ. VERDURAS MIXTAS - 1/2C. MANZANA FRESCA -1 PAN INTEGRAL -1 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	PIZZA DE QUESO INTEGRAL 3X5 ENSALADA ROMANA CON ADEREZO-1 NARANJA FRESCA-1 PALITOS DE QUESO MOZZARELLA-1 1% LECHE BLANCA-6 OZ.
MERIENDA			"TOSTITOS SCOOPS BAKED CHIP" CON SALSA	"CHAT SNAX" GALLETAS DE VAINILLA JUGO DE MANZANA	GALLETAS DE OSO TAZA DE MANDARINA	"SUNRISE CRACKERS" "VERY BERRY"
SEMANA EMPEZANDO 27 DE ENERO 2025						
DESAYUNO	CEREAL DE AVENA CON MIEL TAZA DE MANDARINA 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	"W/G BLUEBERRY CHEX" TAZA DE PURE DE FRESA 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	CEREAL TOSTADO DE CANELA TAZA DE FRUTA MIXTA 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	ESCUELA CERRADA		
ALMUERZO	POLLO CON ALBAHACA Y MOZZARELLA CON SALSA-3OZ. MAÍZ - 1/2C. TAZA DE PURÉ DE MANZANA Y FRESA PAN INTEGRAL - 1 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	BOLITAS DE POLLO - 3.5OZ ZANAHORIAS - 3/4C NARANJA FRESCA - 1 PAN INTEGRAL - 1 1% LECHE BLANCA-6 OZ.	PAVO CON SALSA- 3 Oz PURÉ DE PATATAS - 1/2C MANZANA FRESCA - 1 PAN INTEGRAL - 1 1% LECHE BLANCA-6 OZ.			PALITOS DE CANELA TAZA DE PERA 1% LECHE BLANCA-6 OZ.
MERIENDA	GALLETAS DE OSO JUGO DE MANGO	GALLETAS DE MIEL TAZA DE PIÑA	"SUN CHIPS" JUGO DE "BERRY"			"W/G FIESTA BEEF AND CHEESE" ENSALADA DE LECHUGA ROMANA CON ADEREZO-1 NARANJA FRESCA-1 1% LECHE BLANCA-6 OZ.

EL MENÚ ESTÁ SUJETO A CAMBIOS EN CUALQUIER MOMENTO.