

CENTRO DE NIÑOS KENNEDY: Menú Semanal de las Escuelas de Manhattan y Bronx – Primavera 2024

| | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|-----------------|---|---|--|---|--|
| Desayuno | Cereal Kix, Cheerios o de Salvado de Pasas (No crujiente) (1/3 taza) * Manzanas (1/2) cada una Leche de 1% baja en grasa (6 onzas) | Postre helado de yogur de vainilla: Bajo en grasa Una cuchara de Granola Frambuesas (1/2 taza) Leche de 1% baja en grasa (6 onzas) | Waffle WW Salsa de Manzana (1/2 taza; 4 onzas) Leche de 1% baja en grasa (6 onzas) | Pretzel WW Suave Frambuesas (1/2 taza) Leche de 1% baja en grasa (6 onzas) | Muffins Ingleses WW Tortilla de Queso Bananas (1/2 cada uno) Leche de 1% baja en grasa (6 onzas) |
| Almuerzo | Emparedados de Pavo y queso Pan WW 1 Rebanada Leche de 1% baja en grasa (6 onzas) Ensalada (1/4 taza) Melón (1/4 taza) Leche de 1% baja en grasa (6 onzas) | Bistec Salisbury Pan (WGR) Brócoli (1/4 taza) Leche de 1% baja en grasa (6 onzas) Durazno (1/4 taza) | Arroz, frijoles y pechuga de pollo Bocaditos de maíz (1 /4 taza) Peras (1/4 taza) Leche de 1% bajo en grasa (6 onzas) | Panecillos (WGR) con carne molida de res o de pavo Espinaca o rodajas de pepinos (1/4 taza) Frutas mixtas (1/4 taza) Leche de 1% baja en grasa (6 onzas) | Pizza WW Queso (1 1/2 onza) Tomates pequeños o ciruelas frescas/en rodajas (1/4 taza) Rodajas de naranja (1/4 C) Leche de 1% baja en grasa (6 onzas) |

● **Cereales alternativos:** Granos integrales: Salvado de pasas, Hojuelas de salvado, Hojuelas de nueces Post de Uva, Trigo rallado en tamaño de un bocado, Cereal de grano integral Total, Trigo Integral (todos contienen trigo); Sin Gluten: Cereales Cheerios, Kix, Rice Chex, Corn Chex; Sin-Granos Integrales: Hojuelas de Maíz.

El Centro de Niños Kennedy ofrece desayuno y almuerzo a cada uno de nuestros estudiantes todos los días, sin ningún costo para las familias, a través del Programa Nacional de Almuerzos Escolares (NSLP). Una buena nutrición es clave para el aprendizaje. El personal docente utiliza la hora de la comida como una oportunidad para desarrollar las habilidades socioemocionales saludables y al mismo tiempo cumple con las pautas de nutrición del NSLP.

El menú del Centro de Niños Kennedy es:

- Creado y revisado por una nutricionista licenciada, con el objetivo de proporcionar comidas nutritivas que atraigan a los niños pequeños;
- 100% libre de frutos secos; 100% libre de soya (excepción: los niños que son intolerantes a la lactosa pero que toleran la soya pueden recibir leche de soya como sustituto de la leche)

El KCC se esfuerza por adaptarse a las alergias de los estudiantes y las restricciones de alimentación (incluidas las dietas blandas /dietas de puré). Nosotros revisamos cuidadosamente el archivo de cada niño para asegurarnos de que reciban alimentos que sean seguros para ellos. Nuestras sustituciones más comunes incluyen:

SIN HUEVO NI LÁCTEOS:

Leche de 1% baja en grasa → Leche de 1% sin lactosa (Lactaid) o Leche de soya (si no es alérgico a la soya)
Yogur a base de lácteos → Yogur a base de planta (a base de leche de coco o leche de avena) Queso bajo en grasa → Queso de origen vegetal y sin lácteos.
Molletes, panqueques → versiones sin huevo, lácteos, nueces vegetariano (sin

carne): Trocitos de pavo o pollo → trocitos de vegetales
Fruta: Los niños con alergias a las frutas se les dará una fruta adecuada. Sin trigo:
Pasta integral o fideos de huevo → Pasta sin gluten o fideos hechos de maíz, Arroz, garbanzos, quinoa
Pan Integral → Pan integral sin gluten

Si usted tiene alguna pregunta sobre la nutrición o las necesidades de alimentación de su niño, hable con su Coordinadora de Apoyo Familiar

(la información de contacto se encuentra en www.kenchild.org/families) Última actualización: Octubre, 2023

DECLARACIÓN DE NO DISCRIMINACIÓN

De acuerdo con la ley federal de los Estados Unidos (USDA), sus agencias, oficinas y empleados, y las instituciones que participan o administran los programas del USDA tienen prohibido discriminar por motivos de raza, color, origen nacional, sexo, discapacidad, edad o represalia por actividad anterior de derechos civiles en cualquier programa o actividad realizada o financiada por USDA.

Las personas con discapacidades que requieran medios alternativos de comunicación para la información del programa (por ejemplo, Braille, letra grande, cinta de audio, lenguaje de señas americano, etc.), deben comunicarse con la agencia (Estatal o Local) donde solicitaron los beneficios. Las personas sordas, con problemas de audición o del habla pueden comunicarse con el USDA a través del Servicio Federal de Retransmisión al (800) 877-8339. Además, la información del programa puede estar disponible en otros idiomas además del inglés.

Para presentar una queja de discriminación del programa, complete el [Formulario de Quejas de Discriminación del Programa USDA, \(AD-3027\)](#) que se encuentra en línea: [Cómo Presentar una Queja](#), y en cualquier oficina del USDA, o escriba una carta dirigida al USDA y proporcione en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de queja, llame al (866) 632-9992. Envíe su formulario completo o carta al USDA:

1. **Correo:** U.S. Departamento de Agricultura
Oficina del Subsecretario de Derechos Civiles
1400 Independence Avenue, SW
Washington, D.C. 20250-9410;
2. **Fax:** (202) 690-7442; o
3. **Correo electrónico:** program.intake@usda.gov

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidad. Última actualización: April, 2024